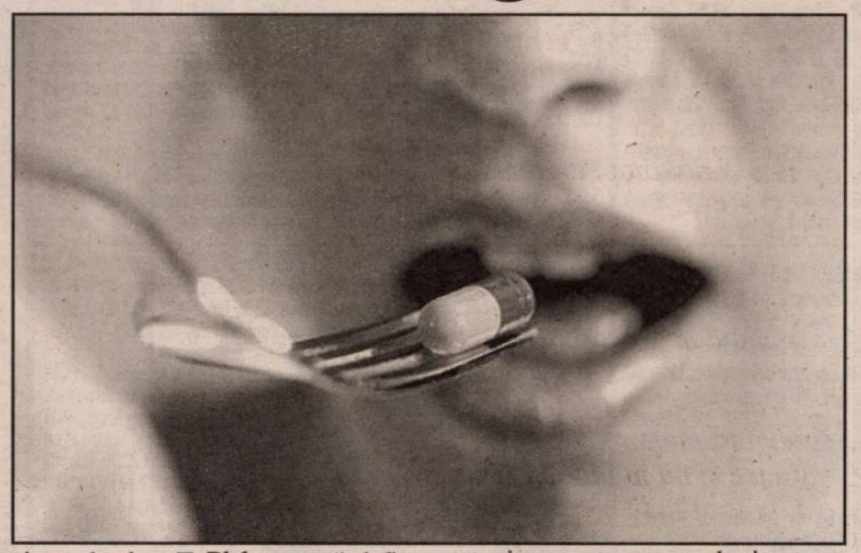
Simptome care dau de gândit

Consumul recomandat de vitamine şi minerale, la care trebuie să se supună majoritatea producătorilor de suplimente alimentare, reprezintă un ghid oficial – doza zilnică recomandată –, oferind o sugestie asupra consumului zilnic de nutrienţi pentru prevenirea deficienţelor nutriţionale severe. Totodată însă am putea spune că este obligatoriu să cunoaştem măcar câteva semne fizice ale unor asemenea deficienţe nutriţionale:

■ ***Păr uscat şi degradat:*** lipsa de acizi graşi esenţiali. ■ ***Albirea prematură a părului:*** deficienţă de acid pantotenic (B5). ■ ***Căderea părului:*** lipsa acidului folic, a vitaminelor B5, B6 şi a aicizilor graşi esenţiali. Poate indica prezenţa unor tipuri de substanţe toxice în organism. ■ ***Mătreaţa:*** deficienţă de acizi graşi esenţiali, antioxidanţi (în special seleniul), vitamina B6 şi în general deficienţă de vitamine din complexul B. Poate indica un nivel scăzut al acidului gastric. ■ ***Acneea:*** deficienţă de zinc, acizi graşi esenţiali sau vitamina A. Nivel scăzut de acid la nivelul stomacului şi consumul ridicat de grăsimi. ■ ***Carii dentare:*** deficienţă de vitamina B6 şi minerale (în special calciu şi bor). ■ ***Sângerarea gingiilor:*** deficienţă de vitamina C şi bioflavonoide. ■ ***Crăpături în colţurile gurii:*** lipsa elementelor din complexul B sau a riboflavinei. ■ ***Limba umflată:*** lipsa acidului folic, a vitaminei B12, zincului sau fierului. ■ ***Limba deschisă la culoare:*** nivel scăzut de fier. ■ ***Cearcăne:*** nivel scăzut de quercitină sau vitamina C. ■ ***Deformarea unghiilor:*** deficienţă de fier. ■ ***Inflamarea cuticulelor:*** deficienţă de zinc. ■ ***Pielea uscată:*** deficienţă de acizi graşi esenţiali, vitamina A sau vitamina E. ■ ***Vindecarea înceată a rănilor:*** deficienţă de vitamina A, vitamina C, zinc sau acizi graşi esenţiali. ■ ***Învineţire rapidă:*** nivel scăzut al vitaminelor K, C, E sau bioflavonoidelor. ■ ***Mâini reci:*** lipsa acizilor graşi, a vitaminelor E şi B12 sau a fierului.



Lista de mai sus are un caracter orientativ. Când îţi examinezi corpul, trebuie să ai în vedere moştenirea genetică şi alţi factori care ţin de sănătate şi care pot cauza unele simptome asemănătoare. În general, semnele fizice pot indica destul de vag care sunt carenţele tale nutriţionale, dar cel mai important este să faci o vizită medicului, înainte să consumi diverse suplimente alimentare. Poţi acoperi nevoile organismului printr-o alimentaţie adecvată deficienţelor nutriţionale pe care intuieşti că le ai, dar când vine vorba de suplimentele de vitamine şi minerale, e cazul să apelezi întotdeauna la sfatul unui medic.

Sistemul imunitar şi SEZONUL RECE

Orice virus va prospera dacă întâlneşte teren propice: corp supraîncărcat de toxine, intestin leneş şi puţin exerciţiu fizic. Apariţia febrei şi a guturaiului este un efort al naturii pentru a înlătura impurităţile şi a restabili condiţiile normale ale organismului. Ceaiuri, sucuri, repaus, transpiraţie, posturi scurte, de câteva mese, sunt mijloace naturale care alină simptomele şi ajută sistemul imunitar în lupta cu boala.

Mereu se vorbeşte de îndepărtarea cauzei şi corectarea condiţiilor antiigienice. Alimentaţia, respiraţia şi activităţile trebuie să fie în armonie cu legile naturale. Trebuie să se prevină răceala prin a ne îmbrăca bine şi a menţine circulaţia în bună stare:

◆ sauna este ideală în sezonul rece, deoarece deschide porii şi prin transpiraţie se elimină toxinele, asigurându-se astfel o circulaţie adecvată a sângelui;

◆ la apropierea răcelii, purificaţi sângele bând sucuri naturale şi ceaiuri;

◆ beţi multe lichide, mai ales sucuri de lămâie, portocale, morcov, castravete, ţelină, ridiche neagră şi sfeclă roşie;

◆ beţi sucuri de fructe sau verdeţuri bogate în vitamina C, ori administraţi suplimente naturale cu conţinut ridicat de vitamina C.

Ca tratament, sunt ideale toate produsele apicole, mai ales dacă sunt bine dozate şi combinate ştiinţific. Mierea de albine are o acţiune apropiată de cea a sângelui, de aceea orice substanţă terapeutic-activă combinată cu miere de albine intră mai repede în sânge şi se asimilează cu uşurinţă în organism.

Dacă aveţi ischemie cardiacă, arterioscleroză sau fragilitate vasculară...

Amenumerat doar câteva posibile afecţiuni legate de „motorul" existenţei noastre, inima, precum şi de „combustibilul" pe care ea îl utilizează. Şi, fiindcă şi acest sistem poate obosi, vă recomandăm câteva remedii uşor de obţinut din plante medicinale specifice florei spontane de la noi. Aşadar, pentru problemele menţionate, se consumă seminţe de *floarea-soarelui,* neprelucrate termic, care conţin substanţe cu efect de consolidare a elasticităţii şi permeabilităţii vaselor de sânge.

Cura cu tinctură de *lavandă,* în bolile cardiace acţionează direct la nivelul sistemului nervos central; se ia o linguriţă de 3-4 ori pe zi, într-o jumătate de pahar cu apă, pe stomacul gol. O inimă sănătoasă se menţine şi cu *păducel,* care scade iritabilitatea sistemului nervos central, tonifică muşchiul cardiac, îmbunătăţeşte circulaţia coronariană, înlătură tahicardia şi aritmia, scade tensiunea. Pentru aceasta, o jumătate de kilogram de fructe coapte de păducel se pisează cu o lingură de lemn, se adaugă 100 ml de apă se încălzeşte totul la 40 de grade; apoi, se stoarce sucul şi se consumă câte o lingură de 3 ori pe zi, înainte de masă. Se mai poate folosi şi astfel: o lingură de fructe de păducel uscate se pune într-un pahar cu apă fierbinte, se infuzează 2 ore la întuneric, se strecoară şi se iau 1-2 linguri, de 3-4 ori pe zi, înainte de masă.

În tulburările de ritm cardiac se recomandă infuzia de *gălbenele*, 2 linguriţe în 2 pahare de apă fiartă; se infuzează 1 oră şi se bea câte o jumătate de pahar de 4 ori pe zi.

În cazul durerilor în zona inimii, al palpitaţiilor şi insomniei, se foloseşte infuzia din frunze de *roiniţă* 15 g de plantă la un pahar de apă fierbinte, timp de 30 minute; se consumă 2 linguri de 5-6 ori pe zi. Infuzia din mentă (2 linguriţe de plantă se pun într-un pahar cu apă fierbinte şi se infuzează 30 de minute); se consumă cu înghiţituri mici, pe parcursul unei zile.

Remedii naturale

Mierea de pădure întăreşte imunitatea

Cine nu s-a „dedulcit", şi nu o singură dată, cu cel mai sănătos aliment-medicament pe care omul încă îl are la dispoziţie: mierea? Toată lumea ştie că acest produs al albinelor (nu al stupului, cum greşit se spune de o vreme încoace) provine din nectarul florilor de tot felul. Puţini cunosc însă şi un amănunt oarecum mai insolit: există şi miere — deci produs al albinelor, pe care acestea îl fabrică din alte substanţe naturale. Mierea de mană de pădure (aceasta este denumirea corectă în limba română, în standardul mierii) nu se obţine din nectarul florilor şi nu conţine polen, este o miere neflorală, obţinută din seva scursă pe suprafaţa frunzelor şi a trunchiurilor copacilor.

Mierea de mană este foarte bogată în vitamine, dar având şi un conţinut de 20 de ori mai bogat în minerale (calciu, magneziu, fier etc.) decât oricare alt sortiment. Datorită compoziţiei sale cu totul speciale în substanţe naturale, vitale pentru organismul uman, ea poate fi considerată un medicament redutabil, fiind foarte utilă în numeroase afecţiuni. Astfel, mierea de pădure este recomandată pentru întărirea sistemului imunitar, fiind ideală pentru urmarea unor tratamente în vederea combaterii anemiei şi prevenirii infecţiilor căilor respiratorii. Ea conţine numeroase enzime, precum şi inhibină, substanţă cu o puternică acţiune bactericidă, iar procentul redus de glucoză şi bogăţia în dextrine şi substanţe minerale o ţin ani de zile în stare lichidă. Totuşi, uneori, mierea de mană este atât de vâscoasă încât nici nu mai poate fi extrasă din celule, decât prin topirea fagurilor în cuptor, deasupra unor grătare speciale. În acelaşi timp, mai trebuie cunoscut un amănunt: cu cât este mai închisă la culoare şi mai groasă, cu atât calitatea mierii de mană este mai bună. Cea care nu este foarte închisă poate conţine şi urme de nectar de flori sălbatice din zona montană, ceea ce totuşi nu-i strică gustul, însă o face să fie destul de apropiată, ca proprietăţi, celei poliflore din flori de fâneaţă.

Specialiştii în apiterapie recomandă pentru diferite tratamente naturiste mierea de mană în combinaţie cu alte produse ale stupului: polen, lăptişor de matcă sau propolis. Aşa cum arătam şi mai sus, datorită bogatei sale compoziţii în minerale, bioflavonoide şi vitamine (vitamina C şi grupul B), mierea de mană are importante proprietăţi terapeutice. Ea este frecvent recomandată în tratamentul spasmofiliei la adolescenţi, al rahitismului la copii şi adolescenţi, al osteoporozei şi al altor afecţiuni articulare la adulţi şi vârstnici.

De asemenea, această miere este recomandată în cazul bolilor infecţioase, în cazul bolilor intestinului gros, al afecţiunilor gastrointestinale şi pentru eliminarea toxinelor din organism.

Tratamente insolite cu...

SUC DE NUCĂ DE COCOS – păstrează echilibrul general al organismului. Nu conţine multe calorii şi ajută corpul să păstreze un echilibru acid-bazic, reducând acidul uric; de asemenea, detoxifică organismul. Cantitatea recomandată: un pahar mare pe zi.

APA DE GHIMBIR – este bună împotriva simptomelor de greaţă. Conţine betacaroten, calciu, fier, zinc şi uleiuri preţioase. Stimulează circulaţia, ajută la ameliorarea durerilor, diminuează efectul de greaţă, ajută împotriva indigestiei. Cantitatea sănătoasă: un pahar mare pe zi.

BĂUTURĂ DIN GRÂU FERMENTAT – utilă pentru piele. Este plină de minerale, fibre, vitamine şi enzime. Întăreşte intestinele, ajută sistemul imunitar, îmbunătăţeşte rezultatele testelor de sânge. Cantitatea optimă: 1-3 pahare mici pe zi.

LUNI – 11 noiembrie

TVR 1

6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 Ora regelui (r) 11.30 Profesioniștii (r) 12.30 În grădina Danei (r) 13.00 Germana... la 1 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 16.50 Vreau să fiu sănătos! 17.25 Serial: „Legendele palatului: Regele Geunchogo" 18.50 Întrebări și răspunderi 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Distractis — Distilat de comedie 22.00 Film: „Charlot ucenic" (SUA, 1915). Cu: Charles Chaplin, Edna Purviance 22.30 Biziday 23.30 Mașini, teste și verdicte 0.00 Nocturne 1.00-3.25 Reluări 4.15 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung".

PRO TV

7.00 Știrile ProTv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" 11.00 Apropo tv (r) 12.00 România, te iubesc! (r) 13.00 Știrile ProTv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Masterchef (r) 17.00 Știrile ProTv 17.30 Știrile Pro Tv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „Risc maxim" (SUA, 1996). Cu: Jean-Claude Van Damme, Natasha Henstridge 22.30 Știrile Pro Tv 23.05 Serial: „Homeland: Rețeaua terorii" 0.00-5.30 Reluări.

ANTENA 1

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul mău 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Top Chef 22.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Top Chef (r) 4.00 Acces direct (r).

PRIMA TV

7.00 Vacanță și terapie 8.00 Regina cumpărăturilor (r) 9.00 Teleshopping 9.30 Și eu m-am născut în România (r) 10.30 Cunoaște, Visează, Iubește! (r) 11.30 Teleshopping 12.00 Viitorul, Azi 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Kiss Cinema (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe fază! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Iubiri secrete 20.30 Mi-s de la țară 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe fază! (r) 0.30 Serial: „Totul despre sex" 1.30 Serial: „Dragul de Raymond" 3.00-6.00 Reluări.

acasa

6.45-10.45 Reluări 11.45 Teleshopping 12.00 Serial (r) 13.30 Serial: „Iubiri vinovate" (r) 14.30 Doctorul casei (r) 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții". Cu: Jorge Luis Pila 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Iubiri vinovate" 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial: „Furtuna din adâncuri" 22.30 Povești de noapte 23.00 Cancan.ro 23.30 Casa Ibacka 0.00-6.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Doc.: „Aerul Munților" 8.00 Doc.: „Georgia — Din dragoste pentru vin" (r) 9.00 România frumoasă (r) 10.10 În curtea bunicilor (r) 12.00 Pescar hoinar (r) 12.30 Natură și sănătate (r) 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Academicienii (r) 16.00 Serial: „Carabinieri" 17.00 România frumoasă 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „India — Parul ofrandă" 20.10 Teatru: „Hedda Gabler" de H. Ibsen 21.30 Eveniment cultural TVR 2 22.00 Ora de știri 23.10 Film d.a.: „Iluzionistul" (Franța, 2010) 0.40-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

7.00-11.30 Reluări 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.30 Lumea Pro Cinema (r) 15.15 Serial: „Hank" (ultimul ep.) 15.45 Film (r) 17.45 Serial: „Memphis Beat — Lege și rock and roll" (ep.1) 18.50 Serial: „Ruleta destinului" 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „Casa asediată" (SUA, 2010) 23.45 Serial: „Jurnalele vampirilor" 0.45 Serial: „Reîncarnați" (ultimul ep.) 1.45 Serial: „Cobra 11 în alertă" 2.30 Film: „Miss Litoral" (România, 1990) 4.15 Serial: „Necunoscuții" (ep.1,2) 5.45 Cine A.M.

MARȚI – 12 noiembrie

6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" (r) 10.30 Distractis — Distilat de comedie (r) 11.30 Film: „Charlot ucenic" (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 EURO polis 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 16.50 Beneficiar România (r) 17.25 Serial: „Legendele palatului: Regele Geunchogo" 18.50 Interes general 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Între bine și rău 22.30 Biziday 23.30 Film: „Teoria zborului" (M. Britanie, 1998). Cu: Helena Bonham-Carter, Kenneth Branagh 1.20-3.25 Reluări 4.15 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung".

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Zidul secretelor" (coprod., 2003). Cu: Nicole Eggert, Dean McDermott 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Simfonia iubirii" (coprod., 2006). Cu: Diane Kruger, Ed Harris 17.00 Știrile Pro Tv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Masterchef 22.30 Știrile ProTv 23.05 Serial: „Homeland: Rețeaua terorii" 0.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Mireasă pentru fiul meu 23.00 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Film: „Răul ucigaș" (SUA, 1994). Cu: Meryl Streep, Stephanie Sawyer 4.00 Acces direct (r).

7.00 Vacanță și terapie 8.00-10.30 Reluări 11.30 Teleshopping 12.00 În viteză! 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe fază! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Iubiri secrete 20.30 Copiii spun lucruri trăsnite 21.45 Mondenii 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe fază! 0.30 Serial: „Totul despre sex" 1.30 Serial: „Dragul de Raymond" 3.00-6.00 Reluări.

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 9.00 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial: „Maricruz" (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Iubiri vinovate" (r) 13.30 Serial: „Îngeri pierduți" (r) 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Iubiri vinovate" 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial „Furtuna din adâncuri" 22.30 Povești de noapte (r) 23.00 Cancan.ro 23.30 Dincolo de povestiri 0.00-6.00 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Doc.: „Aerul Munților" 8.00-12.30 Reluări 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Memorialul Durerii (r) 16.00 Serial: „Carabinieri" 17.00 România frumoasă 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „Secretul ceasurilor elvețiene" 20.00 Destine ca-n filme 21.00 Lumea azi (r) 21.30 Cap compas (r) 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „Dr. House" 23.50 Serial: „Trei regate" 0.45-6.00 Reluări.

7.30 Acasă în bucătărie 8.30-11.00 Reluări 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.45 Film: „Zorba Grecul" (coprod., 1964). Cu: Anthony Quinn 17.45 Serial: „Memphis Beat — Lege și rock and roll" 18.50 Serial: „Ruleta destinului" 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „World Trade Center: Urmele supraviețuitorilor" (SUA, 2006). Cu: Nicolas Cage 0.45 Serial: „Jurnalele vampirilor" 1.45 Serial: „Sub acoperire" 2.30 Serial: „Cobra 11 în alertă" 3.15 Serial: „Necunoscuții" 5.00 Serial: „Reîncarnați" 5.30 Cine A.M.

MIERCURI – 13 noiembrie

6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" (r) 10.30 Între bine și rău (r) 12.00 Beneficiar România (r) 12.30 Vreau să fiu sănătos! (r) 13.00 Opre Roma 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Convițuiri 16.50 Europa mea 17.25 Serial: „Legendele palatului: Regele Geunchogo" 18.50 La vârf 20.00 Telejurnal 21.00 Dosar România 22.00 Dispăruți fără urmă 22.30 Biziday 23.30 Film: „Pământul făgăduinței" (coprod, 2004). Cu: Anne Parillaud, Hanna Schygulla 1.05-3.25 Reluări 4.15 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung".

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Simfonia iubirii" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „O lună de miere de coșmar" (SUA, 2010). Cu: Summer Glau 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Serviciul Român de Comedie 21.30 Serial: „Tanti Florica" 22.30 Știrile Pro Tv 23.05 Serial: „Homeland: Rețeaua terorii" 0.00 Film: „Conspirația corbilor" (SUA, 2007). Cu: Sean Patrick Flanery 2.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Te cunosc de undeva! (r) 23.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Film: „Virgină la 18 ani" (SUA, 2009). Cu: Kim Argetsinger 3.30-4.00 Reluări.

7.00 Vacanță și terapie 8.00-10.30 Reluări 11.30 Teleshopping 12.00 În formă 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe fază! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Iubiri secrete 20.30 Cronica Cârcotașilor 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe fază! 0.30 Serial: „Totul despre sex" 1.30 Serial: „Dragul de Raymond" 3.00-6.00 Reluări.

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 8.45 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Iubiri vinovate" (r) 13.30 Serial (r) 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Iubiri vinovate" 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial: „Furtuna din adâncuri" 22.30 Povești de noapte (r) 23.00 Cancan.ro 23.30 Serial: „Friendzone" 0.00-6.00 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Doc.: „Aerul Munților" 8.00 Doc.: „Secretul ceasurilor elvețiene" (r) 9.00 România frumoasă (r) 10.00 Serial: „Carabinieri" (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Lumea azi (r) 12.30 Cap compas (r) 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 D'ale lu' Mitică (r) 16.00 Serial: „Carabinieri" (ultimul ep.) 17.00 România frumoasă 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „Tăietorii de lemn din Canada" 20.10 8 într-o barcă 21.30 Drumul succesului 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „Dr. House" (ultimul ep.) 23.50 Serial: „Trei regate" 0.45-6.00 Reluări.

8.00-9.00 Reluări 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.45-16.45 Reluări 17.45 Serial: „Memphis Beat — Lege și rock and roll" 18.50 Serial: „Ruleta destinului" 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „Bunraku" (SUA, 2010) 0.30 Serial: Serial: „Jurnalele vampirilor" 1.30 Serial: Serial: „Sub acoperire" 2.15 Serial: „Cobra 11 în alertă" 3.00 Film: „Logodnicii din America" (România, 2007) 4.15 Serial: „Necunoscuții" 5.00 Serial: „Reîncarnați" 5.45 Cine A.M.

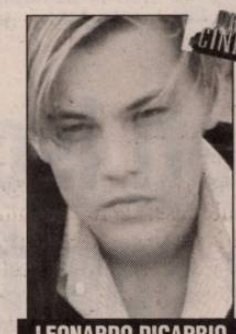
EDNA PURVIANCE
— luni, 22.00 —

SEAN PATRICK FLANERY
— miercuri, 0.00 —

MERYL STREEP
— marți, 2.00 —

JORGE LUIS PILA
— luni-duminică, 17.30 —

GWYNETH PALTROW
— sâmbătă, 20.30 —



LEONARDO DICAPRIO
— vineri, 2.45 —

CAMELIA ZORLESCU
— duminică, 20.10 —

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 14 noiembrie

6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 Dosar România (r) 10.30 Dosar România (r) 11.30 Dispăruți fără urmă (r) 12.00 Europa mea (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 De joi până joi 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Akzente 16.50 Lozul cel mare 17.45 Dispăruți fără urmă (r) 18.15 Mașini, teste și verdicte (r) 18.50 Ora de business 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 O dată-n viață 0.00 Legenda vișinie 0.35-3.25 Reluări 4.15 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung".

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „O lună de miere de coșmar" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Daltry Calhoun: tată fără voie" (SUA, 2005). Cu: Elizabeth Banks, Johny Knoxville 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 22.00 Știrile ProTv 23.05 Serial: „Homeland: Rețeaua terorii" 0.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Next Star cu Dan Negru 23.00 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator special (r) 2.00 Serial: „Nikita" 3.30 Observator special (r) 4.00 Acces direct (r).

7.00 Vacanță și terapie 8.00 Regina cumpărăturilor (r) 9.00 Teleshopping 9.30 Trăsniții (r) 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Teleshopping 12.00 Povești din jurul lumii 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe fază! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Film: „Victime colaterale" (SUA, 2002) 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe fază! 0.30 Serial: „Totul despre sex" 1.30 Serial: „Dragul de Raymond" 3.00-5.00 Reluări.

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 8.45 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial: „Maricruz" (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Iubiri vinovate" (r) 13.30 Serial: „Îngeri pierduți" (r) 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Iubiri vinovate" 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial „Furtuna din adâncuri" 22.30 Povești de noapte (r) 23.00 Cancan.ro 23.30 Serial: „Friendzone" 0.00-6.00 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Doc.: „Aerul Munților" 8.00 Doc.: „Tăietorii de lemn din Canada" (r) 9.00 România frumoasă (r) 10.00 Serial: „Carabinieri" (r) 11.10 8 într-o barcă (r) 12.30 Doc.: „Aerul Munților" (r) 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Ferma (r) 16.00 Serial: „Capri" (ep.1) 17.00 România frumoasă 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „Sarea incașilor" 20.10 În țara minunilor 21.30 Lumea și noi 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „În umbra legii" (ep.1) 23.50 Zon@ IT 0.25 Serial: „Trei regate" 1.20-6.00 Reluări.

8.30-9.30 Reluări 1030 Film: „O noapte furtunoasă" (România, 1943) 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.45-16.45 Reluări 17.45 Serial: „Memphis Beat — Lege și rock and roll" 18.50 Serial: „Ruleta destinului" 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „Houdini" (SUA, 1998). Cu: Johnathon Schaech, Paul Sorvino 0.00 Serial: „Jurnalele vampirilor" 1.00 Serial: „Sub acoperire" 2.00 Serial: „Cobra 11 în alertă" 2.30 Serial: „Necunoscuții" 3.15 Serial: „Reîncarnați" 4.45 Lumea Pro Cinema 5.15 Cine A.M.

VINERI – 15 noiembrie

6.00 Telejurnal 9.45 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 37°C (r) 12.00 România deșteaptă 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Legenda-vișinie (r) 13.30 M.A.I. aproape de tine 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Oameni ca noi 16.00 Parlamentul României 16.50 Finanțe și afaceri 17.25 Serial: „Legendele Palatului: Regele Geunchogo" 18.50 Calea europeană 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Angelica și sultanul" (coprod, 1968). Cu: Michele Mercier, Robert Hossein 22.55 Film: „Cum să-ți recunoști sfinții" (SUA, 2006). Cu: Robert Downey Jr. 0.40 Pe ritmuri de hip-hop 2.10-3.25 Reluări 4.15 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung".

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Daltry Calhoun: tată fără voie" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Benjamin, recrut fără voie" (SUA, 1980). Cu: Goldie Hawn, Armand Assante 17.00 Știrile Pro Tv 17.30 Happy Hour 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Dansez pentru tine 1.00 Film: „În amintirea fiului" (SUA, 2009). Cu: Pierce Brosnan, Susan Sarandon 3.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Icomedy cu Mihai Bendeac 22.30 X Factor (r) 1.00 Film: „Vulcanul" (SUA, 2011). Cu: Marnie Alton, Antonella Elia 2.45 Observator special (r) 3.30 Observator special (r) 4.00 Acces direct (r).

7.00 Vacanță și terapie 8.00-10.30 Reluări 11.30 Teleshopping 12.00 Sport, dietă și o vedetă (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 14.00 Vacanță și terapie 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe fază! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Film: „Soacra-mea e o scorpie" (coprod., 2002). Cu: Jennifer Lopez, Jane Fonda 22.30 Killer Karaoke 23.30 Fii pe fază! 0.30 Serial: „Totul despre sex" 1.30 Serial: „Dragul de Raymond" 3.00-5.00 Reluări.

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 8.45 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial: „Maricruz" (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Iubiri vinovate" (r) 13.30 Serial: „Îngeri pierduți" (r) 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Iubiri vinovate" (ultimul ep.) 20.30 Iubiri vinovate — În culisele succesului 22.30 Serial: „Îți ordon să mă iubești!" 0.00-6.00 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Doc.: „Aerul Munților" 8.00 Doc.: „Sarea incașilor" (r) 9.00 România frumoasă (r) 10.00 Serial: „Capri" (r) 11.10 În țara minunilor (r) 12.30 Doc.: Aerul Munților" (r) 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Rezistența prin cultură (r) 16.00 Serial: „Capri" 17.00 România frumoasă 18.00 Telejurnal 19.10 Doc.: „Exploratorul" 20.10 Film: „Iubirea nu-i o crimă!" (SUA, 2011). Cu: Peter Facinelli, Jaimie Alexander 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „În umbra legii" 23.50 Motomagia (r) 0.25 Serial: „Trei regate" 1.20-6.00 Reluări.

8.30-9.30 Reluări 10.30 Acasă în bucătărie 11.30 Serial (r) 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.30-16.00 Reluări 18.00 Serial: „Memphis Beat — Lege și rock and roll" 19.00 Serial: „Ruleta destinului" 20.00 Serial: „Necunoscuții" 22.00 Film: „Balada pentru Jack și Rose" (SUA, 2005) 0.15 Serial: „Jurnalele vampirilor" 1.15 Serial: „Sub acoperire" 2.15 Serial: „Cobra 11 în alertă" 2.45 Film: „Romeo și Julieta" (SUA, 1996). Cu: Leonardo DiCaprio 4.30 Serial: „Necunoscuții" 5.15 Serial: „Reîncarnați" 6.00 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ – 16 noiembrie

6.10 Exclusiv în România (r) 6.55 Zestrea românilor 7.30 Dosar România (r) 8.30 Clubul desenelor animate 9.00 Serial: „Viața dublă a lui Eddie McDowd" (r) 10.00 Beneficiar România 10.35 Garantat 100% (r) 11.30 Parteneri de week-end 12.00 Tezaur folcloric (r) 13.00 Ora regelui 14.00 Telejurnal 14.35 37°C 16.00 De la A la infinit 18.00 Exclusiv în România 18.50 Teleenciclopedia 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Fotbal: Rapid București — ACS Berceni 23.10 Film: „Sora Betty" (coprod., 2000). Cu: Renée Zellweger, Morgan Freeman 1.05 Profesioniștii 2.00-4.35 Reluări.

7.00 Știrile Pro Tv 10.00 Ce se întâmplă, doctore? 10.30 I like IT 11.00 Film: „Benjamin, recrut fără voie" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 13.30 Serial: „Căutătorii de mistere" 14.30 Dansez pentru tine (r) 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Vocea României 23.30 Film: „Jaful de pe Baker Street" (coprod., 2008). Cu: Jason Statham, Saffron Burrows 1.45 Serial: „Căutătorii de mistere" (r) 2.30 Film: „Jaful de pe Baker Street" (r) 4.30 După 20 de ani (r) 5.30 I like IT (r).

6.00 Observator 9.00 Film: „Dinastia dragonului" (SUA, 2006). Cu: Federico Castelluccio, Aaron Hendry 11.00 Film: „Prințesa barbară" (SUA, 2009). Cu: Will Patton 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Mireasă pentru fiul meu 19.00 Observator 19.45 FamiliaDa 20.30 Film: „Bona de la Forțele Speciale" (SUA, 2005). Cu: Vin Diesel, Lauren Graham 22.30 Te cunosc de undeva! (r) 1.30 Serial: „Străini printre noi" 2.30-4.00 Reluări 5.30 Serial: „Întâmplări hazlii".

7.00 Cu lumea-n cap (r) 7.30 Teleshopping 8.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 9.00 Flavours, 3 bucătari 9.30 Secrete de Stil 10.30 Sport, dietă și o vedetă 11.00 Kiss Cinema 11.30-12.30 Reluări 14.30 Eurobox 15.00 Și eu m-am născut în România 16.30 Schimb de mame 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Film: „Stewardesa" (SUA, 2003). Cu: Gwyneth Paltrow, Christina Applegate 22.30 Mărul discordiei (r) 0.30 Serial: „Totul despre sex" 1.30 Serial: „Dragul de Raymond" 2.30-6.00 Reluări.

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 8.45 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial: „Maricruz" (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Iubiri vinovate" (r) 13.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Cântec de iarnă" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" (ep.1) 20.30 Serial: „Furtuna din adâncuri" 22.30 Serial: „Îți ordon să mă iubești!" 0.00-6.00 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.30 Ferma (r) 8.30 Magazin UEFA Champions League 9.00 Zon@ IT (r) 9.30 Motomagia 10.10 8 într-o barcă(r) 11.30 Drumul succesului (r) 12.00 Cap compas 12.30 5 x 5 minute de istorie 13.00 Popasuri folclorice 14.10 Film: „Prieteni pe viață" (SUA, 2008) 16.00 Memorialul Durerii 17.00 Gala Master Class Mariana Nicolesco 18.00 Telejurnal 18.30 Lumea azi 19.00 Rugby: România — Canada 21.10 Film: „Provocarea" (SUA, 2001). Cu: Keanu Reeves, Diane Lane 23.10 Film: „Trauma" (SUA, 2004). Cu: Colin Firth 0.50 Serial: „Trei regate" 1.50-6.00 Reluări.

7.30-8.30 Reluări 10.00 Acasă în bucătărie 11.00 Descoperă România 11.45 Serial (r) 12.45 Film: „Horea" (România, 1984) 15.30 Film (r) 18.00 Serial: „Memphis Beat — Lege și rock and roll" 19.00 Serial: „Ruleta destinului" 20.00 Film: „Asediul" (România, 1970). Cu: George Aurelian, Ilarion Ciobanu 22.15 Film: „Adio, Lenin!" (Germania, 2003) 0.45 Film: „Păcăleala" (SUA, 2004). Cu: Morgan Spurlock 2.45 Serial: „Reîncarnați" 3.30 Film: „Baladă pentru Jack și Rose" (SUA, 2005). Cu: Camilla Belle 5.30 Cine A. M.

DUMINICĂ – 17 noiembrie

6.00 Teleenciclopedia (r) 6.55 Zestrea românilor 7.30 Universul credinței (I) 8.20 Simbolica 8.30 Universul credinței (II) 9.30 Pro patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viața satului (I) 11.50 Minutul de agricultură 12.00 Viața satului (II) 13.00 Ultima ediție 14.00 Telejurnal 14.30 Parteneri de week-end 15.00 Tezaur folcloric 16.00 Duminica în familie 19.00 Lozul cel mare 20.00 Telejurnal 20.45 Prețuiește viața! 0.00 Garantat 100% 1.00-4.35 Reluări 5.25 Imnul României 5.30 Teleshopping.

7.00 Știrile Pro Tv 10.00 După 20 de ani 11.00 Film: „Răpirea tatălui" (SUA, 2009). Cu: Emily Osment, David Henrie 13.00 Știrile Pro Tv 13.05 Apropo Tv 14.00 Serial „Merlin" 15.00 Vocea României (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „Cei patru fantastici" (coprod., 2005). Cu: Ioan Gruffudd, Jessica Alba 22.45 Film: „Sub anestezie" (SUA, 2007). Cu: Hayden Christensen, Jessica Alba 0.45-6.00 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Next Star (r) 11.15 Film: „Bona de la Forțele Speciale" (r) 13.00 Observator 13.15 Te cunosc de undeva! (r) 16.00 Observator 16.15 SuperBingo Metropolis 19.00 Observator 19.45 FamiliaDa 20.30 X Factor 23.00 Top Chef (r) 1.30 Film: „Afaceri necurate" (SUA, 2009). Cu: Erica Carroll, Luke Goss, Michael Eklund 3.30 FamiliaDa (r) 4.15 Film: „Toma" (coprod., 2001). Cu: Ricky Tognazzi, Danny Quinn.

7.00 Euromaxx 7.30 Teleshopping 8.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 9.00 Flavours, 3 bucătari 9.30 Casa: construcție și design 10.00 Teleshopping 10.30 Cu lumea-n cap 11.00 Levintza prezintă 11.30 Teleshopping 12.00 Cunoaște, Visează, Iubește! 13.00 Copiii spun lucruri trăsnite 14.00 Killer Karaoke (r) 15.30 Cronica Cârcotașilor (r) 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Schimb de mame 22.00 Film: „A doua cădere a Constantinopolului" (România, 1994) 0.00 Serial: „Totul despre sex" 1.00 Serial: „Dragul de Raymond" 2.00 Focus (r) 3.00 Film: „Sommersby" (coprod., 1993) 5.00-6.00 Reluări.

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 9.00 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial: „Maricruz" (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Viață de împrumut" (r) 13.00 Dincolo de povestiri 13.30 Serial: „Viață de împrumut" 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Cântec de iarnă" 16.30 Doctorul casei 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 21.30 Serial „Furtuna din adâncuri" 22.30 Serial: „Îți ordon să mă iubești!" 0.00-6.00 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Cap compas (r) 8.00 Popasuri folclorice (r) 9.00 Ferma 10.10 În curtea bunicilor 12.00 Serial: „Pistruiatul" 12.45 Poate nu știai 13.00 Pescar hoinar 13.30 Natură și sănătate 14.10 Film: „Tănase Scatiu" (România, 1976). Cu: Victor Rebengiuc, Eliza Petrăchescu 16.00 Rezistența prin cultură 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Telejurnal 18.30 Sport plus 19.00 Academicienii 20.10 Film: „Medalia de onoare" (România, 2009). Cu: Victor Rebengiuc, Camelia Zorlescu 22.00 Serial: „Lumini și umbre" 23.10-6.00 Reluări.

8.30-9.30 Reluări 10.30 Acasă în bucătărie 10.30 Promotor 11.00 Români de succes 11.15 Teleshopping 11.30 Film: „Horea" (r) 14.15 Lumea Pro Cinema 15.00-16.00 Reluări 18.00 Serial: „Memphis Beat — Lege și rock and roll" 19.00 Serial: „Ruleta destinului" 20.00 Film: „Răpirea fecioarelor" (România, 1967) 22.00 Film: „Un bărbat multiplicat" (SUA, 1996). Cu: Michael Keaton 0.30 Film: „Străzile din Brooklyn" (SUA, 2007) 2.15 Film:

Integramă de **M. ALBU**

CONTURĂRI

PĂDURE LA MUNTE / VASE DE RĂZBOI	B	MĂSURA LUI CUZA / CUTIA CU VOTURI	O	AXE LA ROȚI / POTICNIRI	O	ESENȚĂ DE PALTINI / A DELIRA	L	SERBARE CU MĂȘTI / TURNEU DE TENIS	B	ISPITE / CERB POLAR	T
C	R	U	C	I	S	A	T	O	A	R	E
FRUMOS BRONZAȚI / ACID GENETIC	A	R	A	M	;	;	ÎNTREAGA ADUNARE / PĂSTREAZĂ CADENȚA	P	L	E	H
A	D	H	CARTOFI FIERȚI PISAȚI / BIDIVII	P	;	U	R	E	NETE! / POANTĂ DIN FILME	H	I
BIVOLI TIBETANI / CARTE DE SUCCES	I	A	C	I	CAREU DE BOX / HAIN	R	I	N	G	ULUITOR	A
A	S	BINE VENTILAT / ICI ȘI COLO	A	E	R	A	—	AFARĂ DIN JOC / PROVOCAT LA CEARTĂ	A	U	I
I	A SE ZBÂRCI / BUNICUL DIN SAT	R	I	A	A	CA NIȘTE VRĂJI / GHIOAGĂ	M	A	G	I	L
H	I	A	PRIETEN DRAG / SOCOTITOR DE BILE	I	U	B	I	I	CAP DE MIERLĂ! / TRASEU TURISTIC	M	I
ECHIPĂ DIN ARAD / PAR ÎN VIE / MIOARE	A	R	A	E	LUCRĂTORI FEROVIARI / A IEȘI LA LUMINĂ	A	E	A	R	I	MĂSURI ÎN AGRICULTURĂ
O	I	LAC DE MOBILĂ / LELE!	B	A	I	—	PROASTA SATULUI / 24 DE ORE	—	N	I	A
GHICEȘTE VIITORUL / ARBORI RIVERANI	E	Z	A	R	X	A	Z	A	—	O	R
S	A	L	C	I	I	NĂDRAGII BĂDIȚEI	I	I	A	R	I

Verificați-vă cunoștințele

Câinele

1. Din ce familie de mamifere face parte câinele?
2. Cărei rase aparține cel mai mic câine din lume?
3. Care zeiță din mitologia greacă avea animal preferat câinele și i se aduceau sacrificii de câini?
4. Ce sfânt este prezentat în legendele hagiografice ca un om având cap de câine?
5. Ce pictor italian (1871-1958) a pictat tabloul „Dinamismul unui cățel în lesă"?
6. Cine a scris romanul „Câinele galben"?
7. Cine a realizat, în 2009, filmul „Hotel pentru câini"?

Răspunsurile pentru numărul trecut

1) Spectacolul de circ este o manifestare artistică în care sunt cuprinse reprezentații de gimnastică, acrobații, dresaj de animale, numere comice etc. 2) Colosseumul din Roma a fost construit de împăratul Vespasian, fondatorul dinastiei flaviene. Lucrările au început în anul 72 și au fost terminate în anul 80, la un an după moartea împăratului. 3) Fondatorul circului profesionist din țara noastră este considerat italianul Theodor Sidoli, stabilit la noi în 1864. 5) Cartea „Mihail, câine de circ" a fost scrisă de Jack London (1876-1916). 6) Muzica operetei „Prințesa circului" aparține compozitorului maghiar Emerich Kalman (1882-1953). 7) Tabloul „Călăreața de la circul Fernando" poartă semnătura pictorului francez Henri de Toulouse-Lautrec (1864-1901). 7) Filmul sovietic „Circul" a fost realizat de regizorul Grigori Alexandrov.

Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Mere" am primit:

◆ ***7 răspunsuri corecte:*** *Florentina Gorea,* Toplița; *Mioara Popa,* Iași; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Matei Bărbulescu,* Iași; *Gheorghe Enache,* Galați; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor și *Mihai Waspusch,* București.

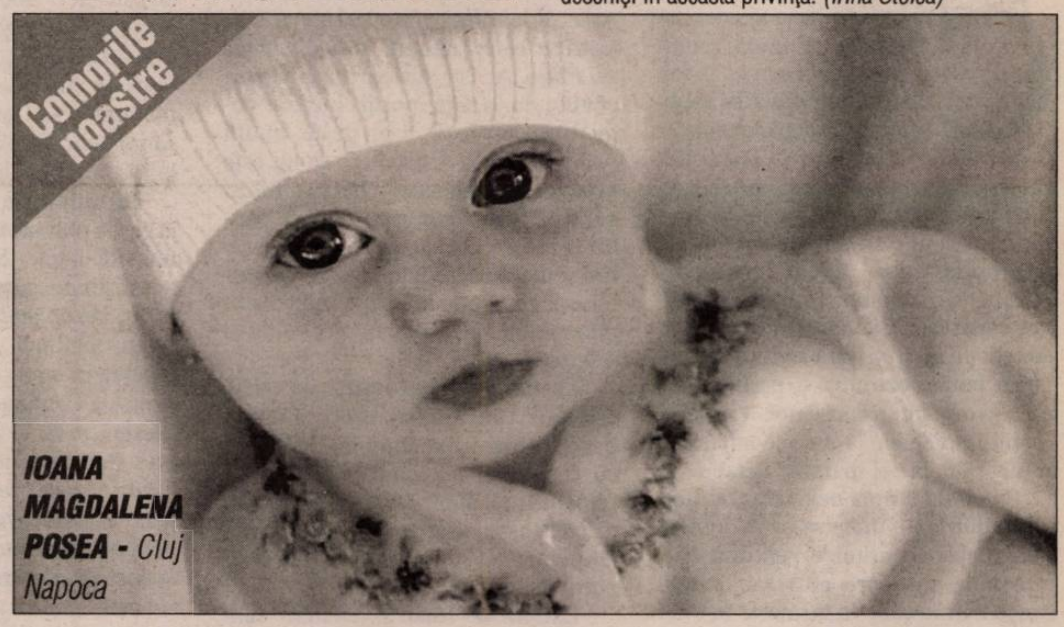
◆ ***6 răspunsuri corecte:*** *Daniela Nicolae* și *Raluca Petrescu,* Iași; *Ileana Popa,* Baia Mare; *Ioana Costea,* Pitești; *Corina Marinescu,* Ploiești; *Viorica Simionescu,* Arad; *Cristian Teodorescu,* Iași; *George Ionescu,* Ploiești; *Dan Voicu,* Turnu Măgurele și *Radu-Andrei Ciobanu,* București.

◆ ***5 răspunsuri corecte:*** *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Viorica Cernea,* Arad; *Ilinca Stănescu,* Ploiești; *Ana Voinea* și *Cristina Codrescu,* Iași; *Mioara Cristescu,* Piatra Neamț; *Codruța Mateescu,* Bacău; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Cristian Vasilescu,* Arad; *Ion Mardare,* Vâlcea; *Ionel Petrescu* și *Cristian Zamfirescu,* București.

✉ ***Cristina Codrescu, Iași.*** Nimeni nu contestă frumusețea bisericilor din minunatul dumneavoastră oraș. Am scris însă despre cele mai multe dintre ele. Desigur că vom mai reveni asupra unora.

✉ ***George Ionescu, Ploiești.*** Vă mulțumim pentru aprecieri. Dacă aveți propuneri de întrebări, sigur că ni le puteți trimite. După cum ați remarcat, suntem deschiși în această privință. *(Irina Stoica)*

Comorile noastre



IOANA MAGDALENA POSEA - *Cluj Napoca*

Sfaturi practice

Cyclamen

Din acest gen fac parte aproximativ 20 de specii care se regăsesc în vegetația de pădure din zonele alpine, în regiuni mediteraneene, orientale... Speciile sălbatice se cultivă în grădină, în zone umbroase; cele delicate pot fi cultivate în casă.

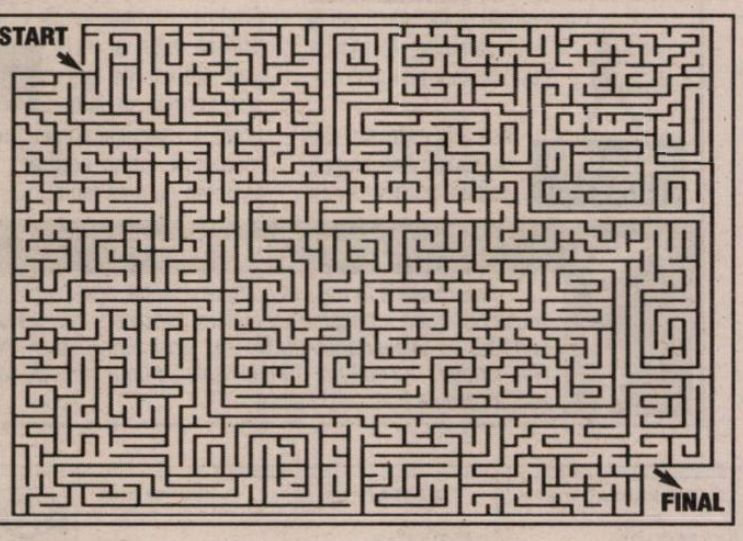
Cyclamenul de apartament se dezvoltă din tuberculi groși, fibroși, cu formă rotunjită sau aplatizată: din partea lor inferioară, convexă, cresc rădăcinile, iar din cea concavă, frunzele și florile. Poate înflori 3-4 ani.

Spre sfârșitul primăverii, când se termină perioada de înflorire, ghiveciul se pune la umbră până în toamnă. (În această perioadă activitatea vegetală scade). Înainte de debutul acestei perioade, îndepărtați cu grijă frunzele uscate și vestejite, încercând să tăiați fiecare pețiol (codița frunzei) chiar de la nivelul tuberculului, pentru a nu lăsa fragmente ce pot putrezi, afectând planta. Udați-o de 2-3 ori pe săptămână. Când se formează noile vlăstare, planta are nevoie de mai multă apă.

Toamna și iarna, turnați apă în suportul pe care stă ghiveciul, lăsați-o cam 20 de minute, după care îndepărtați apa care nu a fost absorbită. În acest mod evitați acumularea acesteia și putrezirea plantei. *(Va urma)* (D.M.)

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



SOLUȚIA INTEGRAMEI „PRECIZĂRI":
H - A - E - S - H - P - COTCODACEALA - MARTIR - MIEI - ZARE - TIUI - IA - RIALI - CRI - T - SI - LUETE - ARA - O - SAN - INECA - LOT - IBRIC - RC - CAI - IACOBIN - CONCERN - URSE - LIANT - URATA - PIURE - CHINEZ.

Soluția **«SUDOKU»** *— jocul săptămânii 44*

3	5	7	8	2	4	9	1	6
1	9	4	7	3	6	8	2	5
8	2	6	5	1	9	4	7	3
9	6	8	3	4	2	7	5	1
7	4	1	6	8	5	2	3	9
5	3	2	1	9	7	6	4	8
2	7	3	9	6	1	5	8	4
6	8	5	4	7	3	1	9	2
4	1	9	2	5	8	3	6	7

Umor

☺ Bulă merge la medic...

– Care e problema ta, tinere?

– Vedeți, visez de 2 săptămâni găini care joacă fotbal... Vreau să scap de aceste vise.

– Da... Ia acum aceste pastile ca să nu mai visezi găini care joacă fotbal.

– Pot să le iau mâine?

– De ce?

– Păi... vedeți... azi e finala și nu vreau să o pierd!

☺ Două blonde discută despre anul 2013:

– Fată, cum e posibil ca lumea să se termine în 2013, așa cum tot aud la TV, când am în frigider un mușchi care expiră în 2014?

CRONICA TV

Un nou tip de moderator?

Pe Mihai Mitoșeru îl vedem frecvent, promovat în special de Antene, Prima tv, Acasă tv, în emisiunile Showului păcătos, în Cireașa de pe tort, dar mai ales în cluburi de fițe pe post de „Romeo", în diverse emisiuni de cancan etc. în care mai aruncă o poantă, își dă cu părerea, întrebat sau nu, în care aprobă, dezaprobă...

Au existat și există multe, multe prezențe (sub)mediocre care fac „deliciul" unor emisiuni de pseudo divertisment prin declarații provocatoare, prin vestimentație extravagantă, prin atacuri la persoane, de la Nichita, care din fericire n-a mai fost invitată la nici o emisiune, până la Oana Zăvoranu sau Adriana Bahmuțanu, fată deșteaptă dar slobodă la gură. Mitoșeru surprinde doar prin look – e un băiat căruia puține femei libere din anturajul său îi rezistă. Cât despre inteligența sa, pe care n-o contestăm, o raportăm doar la ce vedem la televizor unde e un as al aserțiunilor banale, al frânturilor de fraze... Abordează de cele mai multe ori un aer de golan spălat (e posibil să i se ceară acest lucru de realizatorii tv, așa cum i s-a cerut altădată lui Mircea M. Stoian, de către Capatos, să fie „libidinos", antipatic, lucru pe care l-a mărturisit în interviuri), încercând să lase impresia că prezența sa în emisii e mai mult decât binevenită. O favoare pentru telespectatori!

Întrebare firească: De ce apare excesiv pe micul ecran? Răspunsul e greu de găsit. Probabil pentru că e decorativ prin fizic, dar asemenea unei flori de plastic într-o vază.

Vi-l închipuiți pe Mihai Mitoșeru ca moderator într-o emisiune, față în față cu un specialist de renume? Asta le-ar întrece pe toate și totuși paradoxul s-a produs. L-am văzut pe Antena 2 în emisiunea „Profu' Menci", întreținându-l pe dr. Mencinicopschi, cel care ne atrage atenția, în timp ce-l urmărim cu respirația tăiată, asupra alimentelor nesănătoase, asupra substanțelor periculoase pe care le conțin, recomandându-ne totodată produse, meniuri sănătoase. Pentru a a-și face „datoria" de moderator, l-a întrerupt frecvent pe invitat etalând o paletă „savantă" de observații și exclamații repetitive din care citâm: Bravo!; Așa e!; Și mie îmi place; Mie nu-mi place; Și d'alea mâncăm en gros... N-am surprins pe chipul domnului Mencinicopschi nici cel mai firav surâs ironic care să amendeze bazaconiile moderatorului. Probabil că toleranța domniei sale a fost impusă. Sau poate nu. Un detaliu nesemnificativ la urma urmei. Specialistul și-a făcut datoria, impecabil ca întotdeauna și, cu sau fără Mitoșeru, emisiunea a fost captivantă. *(Dorin Măran)*

Pentru cei născuți în NOIEMBRIE

Guvernați de planeta Pluto și sub semnul zodiei Scorpion, majoritatea nativilor născuți în luna noiembrie moștenesc o voință puternică și sunt atrași de necunoscut. Profesiile îmbrățișate pot fi legate de medicină, poliție, metafizică, politică și, în general, de investigații.

Cei care se nasc în această perioadă a anului sunt secretoși, mistici și, la fel ca mai toți cei aflați sub semnul de Apă, excelează în studiul metafizicii. Dacă nu sunteți conștienți de puterile pe care le purtați aveți grijă să nu vă faceți singuri rău, să nu vă răniți înțepându-vă cu propria lance. Purtați imprimate în suflet senzualitatea pură, viața și reîncarnarea. Deși lăsați impresia că sunteți distanți și fără emoții, emanați o putere extremă, o pasiune intensă și o voință persistentă. Vă place să știți întotdeauna tot ce se întâmplă în jur, până la cel mai mic detaliu.

Puteți da o notă negativă trăirilor și gândurilor dumneavoastră, puteți ajunge absolut oriunde veți dori (fie spre bine sau spre rău) sau puteți atrage karma care vă însoțește în viața aceasta. Mereu tânărul suflet al Scorpionilor va experimenta de-a lungul vieții disperarea, însingurarea, fericirea ori trăirile la maxim. Cu toate acestea, energiile distructive ale planetei Pluto pot fi canalizate într-un mod pozitiv și veți obține rezultate extraordinare.

Tot pentru cei născuți în zodia Scorpion le putem spune că au capacitatea de a conduce chiar și societăți înalte și dețin puterea absolută de creație sau de distrugere. Mesajul trebuie să fie foarte clar atunci când reprezintă pe cineva născut în luna noiembrie: ***Nimeni nu trebuie să le ia șansele celor născuți sub comanda lui Pluto.*** Aceste suflete nu au temeri cunoscute în fața morții. Încă de copii trec destul de ușor peste emoții însă au o forță distructivă ce nu este bine să o zgândărim. Își pot folosi darurile mistice cu care se nasc pentru a reuși acolo unde alții eșuează. Firi puternice, dominanți și cuceritori ați venit pe lume cu o minte sclipitoare, un spirit practic dezvoltat și o intuiție acută.

Lecția dumneavoastră de viață este aceea de a vă controla și direcționa constructiv emoțiile profunde cu care trăiți evenimentele și să vă folosiți forța supremă a planetei Pluto pentru bunăstarea societății. Sunteți interesați și aspirați să aflați doar purul adevăr.

Extrem de loiali prietenilor sunt recompensați pe măsură și le răspundeți cu recunoștință celor care fac un gest nobil pentru dumneavoastră. În general, sunt muncitori și cinstiți la serviciu, nu cer favoruri speciale și îi caracterizează punctualitatea. Cu toate că vă face impresia că sunt ca o carte deschisă, în realitate nu sunt citiți de oricine, nici chiar de sine, deoarece o parte din acești nativi rămâne în mister. Incredibil de independenți, sunteți capabili să realizați ce v-ați propus fără să renunțați ușor. Perfect potriviți pentru a trăi pe cont propriu, vă place să controlați absolut tot, inclusiv la domiciliu.

Relațiile cu aceste persoane sunt mereu complicate, cunoscute fiind pentru posesivitate. Sunt însă extrem de loiali. Au o memorie excelentă. Rar se întâmplă să ierte și să uite. Pe de altă parte, își vor aminti întotdeauna un gest nobil și-l vor rambursa oricând. Orice gest altruist le va câștiga încrederea, respectul fiind extrem de important în relații, fie ele romantice sau nu. Dacă îi veți avea ca prieteni, sunt de încredere, însă nu le faceți promisiuni false.

În astrologie, femeile născute în această perioadă sunt comparate cu femeile fatale. Sunt înzestrate cu o senzualitate puternică, sunt intelectuale, rezervate și super-magnetice. Aveți tendința de a vă folosi de puterea interioară și de farmecul fizic pentru a vă atinge scopurile. Cu toate acestea, chiar și un puternic Scorpion este slab în problemele inimii, vorbind despre sentimente. Un sfat pentru dumneavoastră: ***Nu vă folosiți acul otrăvitor împotriva propriei persoane sau a societății.***

Este bine ca acești nativi să încerce să respecte legile Universului și să conștientizeze ce mare influență poate avea Luna asupra fericirii și succesului în viață.

De cine trebuie să vă feriți în mod deosebit? De nativii Taur.

Calități: loiali, pasionali, atenți, dinamici.

Defecte: geloși, obsesivi, neînduplecați, manipulatori.

Restul vă lăsăm pe dumneavoastră să descoperiți. Vă dăm o altă întâlnire pentru nativii lunii decembrie.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Alte câteva „Veneții" de pe Terra ■ Theodora, împărăteasa Bizanțului ■ Clubul select al caracatițelor ■ Înfiorătorul Lucas ■ Despre ufologia rusă la ora actuală ■ Kilkenny — orașul artelor ■ Cupidon, personaj enigmatic ■ Anarhism și violență ■ Sandra Bullock — specială, exigentă, generoasă

HOROSCOP
11-17 noiembrie 2013

BERBEC 21.03-20.04

Urmează câteva zile ce vor constitui o adevărată provocare pentru dumneavoastră. Este posibil să vă luați la trântă cu tot felul de probleme. Nici la serviciu nu o duceți mai bine. Alegeți proiectele care se plătesc mai bine, însă vă înșelați. Până la urmă se dovește tocmai contrariul.

TAUR 21.04-21.05

Comunicarea pare să fie singura preocupare. Fie că veți discuta cu prietenii, familia sau colegii de serviciu, iată că opiniile dumneavoastră pare să fie luate în seamă de majoritatea celor ce vă cunosc stilul. Acționați acum până nu este prea târziu să vă realizați visul.

GEMENI 22.05-21.06

Obligativitatea de a oferi argumente celor din casă vă pune un pic în încurcătură și vă enervează în același timp. Sunteți în vizor de ceva timp și nu vă mai preocupă nimic altceva decât să vă supravegheați mișcările. Nimic nu vă mai mulțumește. Atenție la răbdarea celor din jur!

RAC 22.06-21.07

Acum este momentul prielnic semnării unor contracte cu cei ce vă pot fi de folos în carieră sau să vă realizați planurile. Astrele vă sunt de folos și pentru restabilirea bugetului mult subțiat în urma unor cumpărături devastatoare. Weekendul îl petreceți ocupându-vă de corespondență.

LEU 22.07-22.08

Vă agitați prea mult și tendința de a exagera este dominatoare. Prea vi se pare că toată lumea are ceva de zis în legătură cu comportamentul dumneavoastră. Oare, nu credeți că este adevărat? Stăpâniți-vă mai mult pornirile violente și mai ales cele verbale.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Speranța că veți corecta erorile făcute de alte persoane nu mai poate fi amânată. Luați atitudine față de unii colegi de serviciu ce nu vor să vă înlesnească munca. Doar așa reușiți să vă îndepliniți la timp sarcinile. Atenție la un Vărsător arțăgos!

BALANȚĂ 23.09-22.10

Încă din primele zile ale săptămânii alegeți varianta potrivită luării unor decizii importante legate de o rudă apropiată. Atitudinea pozitivă pe care o adoptați nu face decât să-i determine pe cei din familie să vă accepte planurile. Aveți grijă cu cheltuielile, și așa crescute în această perioadă!

SCORPION 23.10-21.11

Perioada aceasta este prielnică pentru încercarea de a cunoaște mai bine oamenii ce vă interesează. Acest lucru este valabil și pentru cei care au o afacere. Este posibil să obțineți venituri suplimentare prin reușita unui proiect.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Toate aceste zile sunt pline de satisfacții, mai ales că ați muncit din greu în ultima vreme. Încercați să vă dedicați mai mult timp pentru odihnă. Poate vă gândiți la reamenajarea locuinței sau să vă petreceți mai mult timp cu copiii. Alegeți dumneavoastră și nu-i lăsați pe alții să vă facă programul.

CAPRICORN 22.12-19.01

În prima jumătate a săptămânii puteți realiza un profit favorabil din vânzarea unei proprietăți. Ar putea fi posibil să semnați un contract de leasing. Nu vă grăbiți înaintea semnării actelor. Consultați-vă și cu familia deoarece opinia lor contează uneori mai mult decât sfatul unor specialiști.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Nu ați avut de curând ocazia să vă bucurați de zile liniștite și mai ales de compania familiei. Vă preocupă să vă canalizați toată energia la locul de muncă unde se pare că trebuie să faceți față unui volum de muncă mult peste puterile dumneavoastră.

PEȘTI 19.02-20.03

Ocupați cu mult prea multă treabă, nici nu observați că natura este încă prielnică plimbărilor. Opriți-vă puțin și mergeți alături de persoana iubită să vă relaxați. La serviciu sunteți puși în situația încheierii unui contract pe care îl așteptați de prea mult timp.

NATIVUL SĂPTĂMÂNII: Claude Monet (14.11.1840-05.12.1926)

Figură cheie în mișcarea impresionistă, acest reprezentant al zodiei Scorpion a transformat pictura franceză surprinzând constant peisajele Parisului, ale împrejurimilor, precum și ale coastei Normandiei. S-a străduit prin dezvoltarea unui stil unic să capteze pe pânză ceea ce transmite natura.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a alta direct de la cititorii noștri opiniile legate de conținutul revistei, apelați numărul de telefon:
0213178964

Abonamente la „Magazin" direct la redacție!

PERIOADA	VALOAREA	PERIOADA	VALOAREA
☐ 1 LUNĂ	5,50 LEI	☐ 4 LUNI	22,00 LEI
☐ 2 LUNI	11,00 LEI	☐ 5 LUNI	27,50 LEI
☐ 3 LUNI	16,50 LEI	☐ 6 LUNI	33,00 LEI

(Marcați cu un X perioada dorită a abonamentului)

DATA DE ÎNCEPERE A ABONAMENTULUI: _____

NUME _____ PRENUME _____

ADRESA: str. _____, nr. _____, bl. _____, sc. _____, et. _____, ap. _____, sector _____, localitate _____, cod _____, județul _____.

„Magazin" oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Cheltuielile poștale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacție.

Nu aveți decât să trimiteți printr-un mandat poștal [pe adresa: Ionescu Simion — la Casa Editorială Magazin, Piața Presei Libere nr.1, sector 1, București, cod 013701], contravaloarea abonamentului solicitat (vezi prețurile în talonul alăturat) și puteți beneficia de toate avantajele enunțate. În cazul în care nu specificați data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poștal. Pentru informații suplimentare vă rugăm să sunați la tel. 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente trimițând, pe adresa redacției (Ionescu Simion, Piața Presei Libere nr.1, sector 1, București, cod 013701), un plic cu un cec reprezentând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe șase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni).

Abonați-vă la magazin

CUPON MANDAT POȘTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Județul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ștampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POȘTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION — la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piața Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea București
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....

Sigiliu control mandate
POȘTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAȚII SPECIALE .....
Nr. mandat poștal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre și litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ștampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAȚII ABONAMENTE
0722625622

Biblioteca Județeană MUREȘ

SERIE NOUĂ - 1169 ● ANUL LVI ● 14 NOIEMBRIE 2013 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 46 (2919)

magazin

Mail: redactia@revistamagazin.ro Adresă INTERNET: www.revistamagazin.ro

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

■ *Omul înţelept nu spune tot ce gândeşte, dar ce spune, gândeşte.*
Aristotel

■ *Curiozitatea este fitilul din lumânarea învăţării.*
William Arthur Ward

Caleidoscop
Alte câteva „VENEŢII” de pe Terra

Femina club
Pentru dumneavoastră, doamnă
În căutarea elixirului tinereţii
Dosarele frumuseţii
Piele catifelată cu... lapte

Istorii uitate
THEODORA, împărăteasa Bizanţului

Terapii complementare
VINE GERUL?
De aplicat, de evitat...

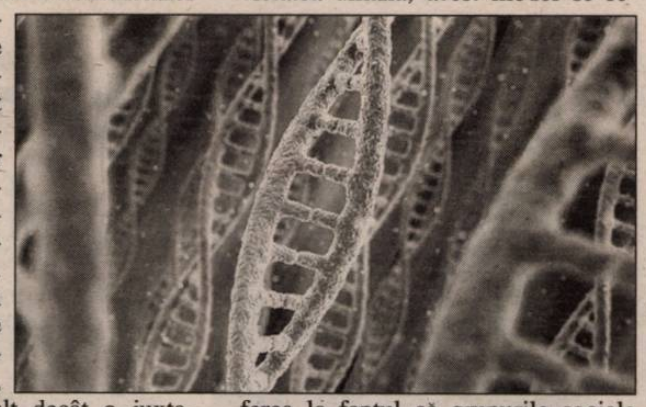
CONECTOMUL
harta micii lumi gigantice

Dacă în privinţa Universului există teorii care mai de care mai bizare, cercetătorii dorind să lase impresia că ei au pătruns Nepătrunsul, în privinţa complexei activităţi a creierului uman lucrurile sunt departe de a fi tranşate într-o manieră convingătoare. Avem doar adevăruri parţiale, şi acelea susceptibile de revizuiri, şi căi mai noi sau mai vechi de înţelegere a misterului.

Creierul, această unitate centrală a fiinţelor în general şi a celei umane în particular, un microprocesor (comparând cu „inima” unui computer) infinit de complex şi deocamdată de necuprins pe de-a-ntregul, o adevărată minune a creaţiei al cărui Designer (Arhitect) nu-l cunoaştem, este o structură impecabil organizată a miliardelor de interconexiuni neuronale, de la cele mai simple legături dintre neuronii individuali, până la fibrele nervoase care străbat întinsele zone cerebrale. De aceea înţelegerea creierului ar necesita tocmai descifrarea acestor interconexiuni cerebrale şi înţelegerea în profunzime, printr-o abordare holistică, a funcţionalităţii sale interactive. Acest efort de a înţelege interconexiunile cerebrale, de alcătuire a unei hărţi cerebrale atotcuprinzătoare este grupat generic sub numele de „conectom”. Cercetările în acest domeniu sunt destul de recente.

În 2005, Dr. Olaf Sporns la Indiana University şi Dr. Patric Hagmann de la Spitalul Universitar din Lausanne au sugerat independent şi simultan termenul „conectom” pentru a se referi la o hartă a conexiunilor neuronale din creier. Termenul face într-un fel trimitere, ba chiar a fost inspirat, la eforturile cercetătorilor de a alcătui faimoasa hartă a codului genetic uman, numit genom. Patric Hagmann scria într-o lucrare din 2005 că „asemenea genomului, care este mai mult decât o juxtapunere a genelor, setul de conexiuni neuronale din creier este mai mult decât suma componentelor individuale.

Genomul este o entitate intrinsecă, şi tocmai din interacţiunea subtilă a genelor apare viaţa. Într-o manieră similară, putem considera că acest conectom cerebral, setul tuturor conexiunilor neuronale, este o entitate individuală intrinsecă. Vreau să scot în evidenţă faptul că această uriaşă capacitate de comunicare neuronală precum şi extraordinara putere computaţională se bazează tocmai pe această subtilă arhitectură a conexiunilor, incredibil de complexă”.

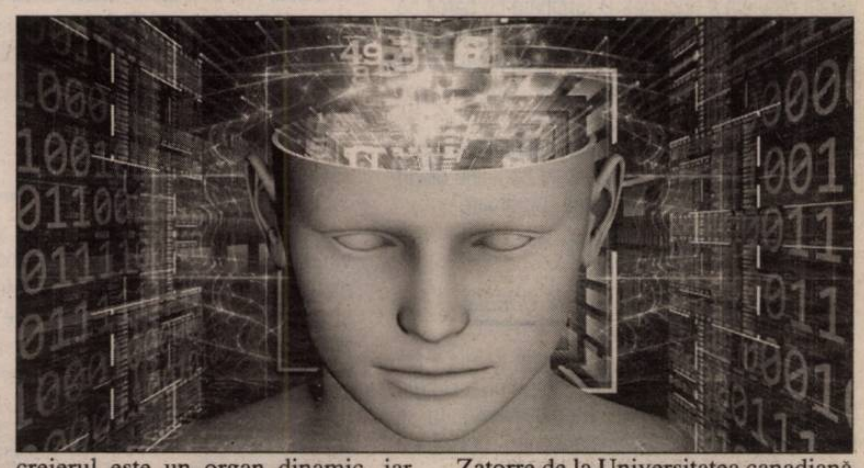


Pionieri în universul creierului

Cercetările legate de „conectom” evoluează, şi o dată cu ele, apar noi abordări. Una dintre acestea aparţine neurologului Henry Kennedy de la Institutul francez de cercetare a creierului şi a celulelor stem. Pentru a înţelege procesele neuronale, sinapsele şi conexiunile este necesară înţelegerea structurii lor de bază, spune Kennedy. Înţelegem că ne aflăm într-un fel de pionierat în privinţa creierului, prin analogie cu Universul suntem undeva pe la stadiul descoperirii planetelor din Sistemul nostru Solar! Oricum, încercăm să avansăm, o dată ce am stabilit că Pământul e rotund. Şi să revizuim teoriile mai vechi.

Astfel, până de curând teoria dominantă cu privire la conectivitatea cerebrală a fost aşa-numitul model „Small World”, al Lumii Mici. În societatea umană, acest model se referea la faptul că grupurile sociale sunt puternic conectate şi că oricare doi indivizi sunt la doar „şase strângeri de mână” pentru a se cunoaşte. Transpus în neurologie acest model ia în considerare doar relaţia de conectare/neconectare dintre două regiuni ale creierului şi nu ia în calcul intensitatea sau distanţa eventualei conexiuni.

Teoria lui Henry Kennedy şi a colegilor lui susţine acum că sistemul nervos central uman este o reţea densă de conexiuni, în care 70% dintre regiunile cerebrale sunt conectate cu toate celelalte regiuni cerebrale. Dacă revenim la analogia cu grupurile sociale, creierul este mai degrabă ca o societate tribală, în care fiecare membru îi cunoaşte şi are relaţii cu toţi ceilalţi membri ai comunităţii, însă anumiţi membri, aşa cum ar fi şeful comunităţii, sunt mai influenţi decât alţii. Cu alte cuvinte „Mica Lume” este în realitate una gigantică. Conectivitatea creierului nu oferă decât o abordare incompletă pentru că



creierul este un organ dinamic, iar modelele sale dinamice de activitate sunt cele care asigură bogăţia şi diversitatea condiţiei umane.

Pentru a dezlega misterul funcţionalităţii creierului, oamenii de ştiinţă recurg atât la abordări teoretice cât şi la abordări experimentale, apelând deseori la imagistica sistemului nervos central. În particular, imagistica prin rezonanţă magnetică funcţională (fMRI) a jucat un rol major în neurologia cognitivă. Abordarea generală, precizează neurologul Nicholas Turk-Browne de la Universitatea Princeton, este de a încerca să identifici focarele de activare din creier unde activitatea este corelată de anumite procese în derulare, aşa cum ar fi recunoaşterea chipurilor. „Am reuşit să facem nişte importanţi paşi înainte cu această abordare, dar încă există numeroase aspecte ale funcţionalităţii creierului care nu sunt contabilizate”, recunoaşte Turk-Browne pentru Live Science preluat de Rompres.

Sinapse şi conexiuni

Într-unul dintre articolele ştiinţifice pe care le-a publicat, Turk-Browne explică faptul că funcţiile cerebrale sunt distribuite în mai multe zone ale creierului şi nu restrânse într-o singură regiune. Astfel, orice comportament complex necesită interacţiuni între aceste zone. Mai mult decât atât, aceste interacţiuni depind de „starea cognitivă” a unei persoane – dacă o persoană se gândeşte la ce a mâncat la micul dejun sau ascultă operă, spre exemplu.

Un mod de a înţelege complexitatea creierului este analiza procesului de învăţare. „Începem să înţelegem că dacă ne uităm la starea iniţială a creierului, dinainte de învăţare, putem prevedea modul în care creierul se va schimba în contextul învăţării”, a comentat neurologul Robert Zatorre de la Universitatea canadiană McGill. Tot el s-a întrebat dacă vorbirea şi abilităţile muzicale sunt încorporate în structura creierului, sau dacă pot fi învăţate şi implicit modificate. „Noi încă nu ştim dacă aceste abilităţi pot fi considerate nişte condiţii care există doar în prezent, sau dacă sunt nişte trăsături care există de mult timp, probabil de la naştere. Există dovezi care susţin ambele abordări”, a mai spus Robert Zatorre. Aşadar, în privinţa creierului uman, suntem la început. E necesară o combinare a studiilor despre conectivitatea cerebrală între diferite regiuni şi, în ultimă instanţă, între neuroni individuali, cu modele teoretice şi studii psihologice asupra funcţionalităţii cerebrale.

Ca şi Universul, creierul uman este un gigantic puzzle în care neurologii încep să pună cap la cap piesele disparate pentru a realiza harta completă mult dorită şi atât de necesară. Conectomul înseamnă, ca şi în cazul genomului uman, o muncă uriaşă, despre care nu ştim când va fi încununată cu succes. Sau dacă vreodată...

TV
■ TVR 1 ■ Pro TV ■ Antena 1
■ TVR 2 ■ Prima TV
■ Acasă ■ Pro Cinema

46
5 948427 000096

SUDOKU
jocul săptămânii: 46

6	4	9	2	3	7	1	8	5
1	8	7	5	4	9	6	3	2
2	5	3	6	1	8	4	9	7
5	7	4	3	9	1	8	2	6
3	6	8	4	7	2	9	5	1
9	1	2	8	5	6	7	4	3
7	2	1	9	8	5	3	6	4
8	3	5	7	6	4	2	1	9
4	9	6	1	2	3	5	7	8

Soluţia în numărul viitor

Biblioteca Judeţeană MUREŞ

Alte câteva „Veneţii" de pe Terra

Devenită legendară pentru atmosfera tipic veneţiană, cetatea italiană Veneţia, foarte populară la nivel mondial, are, după cum veţi putea descoperi în rândurile de mai jos, redutabile concurente.

AMSTERDAM
oraşul serbărilor „plutitoare"

Capitala Olandei, cunoscută mai ales pentru arhitectura deosebită se poate spune că este atractivă şi pentru canalele ce traversează oraşul. Are peste 1200 de poduri (mai multe decât Veneţia) iar casele plutitoare ridicate pe canale şi petrecerile organizate de localnici pe propriile ambarcaţiuni au transformat *Amsterdamul* într-o adevărată citadelă a bucuriei. O plimbare cu barca pe canalele oraşului oferă o perspectivă diferită asupra arhitecturii şi a portului ce-l deserveşte, iar pe timpul iernii, când apa îngheaţă suficient, un imens patinoar îşi „deschide" porţile pe canale. Pe 30 aprilie, de Ziua Reginei (ziua naţională a Olandei), bărcile se lansează la apă iar canalele devin neîncăpătoare pentru petrecerile „plutitoare".

BRUGES
locaţia sculpturilor de gheaţă

Mic dar stilat, oraşul *Bruges* din Belgia a rămas neschimbat de-a lungul timpului, clădirile construite încă din Evul Mediu păstrându-se intacte. Din acest motiv, poate, centrul oraşului a intrat în Patrimoniul Mondial UNESCO.

Traversat de străduţe şi canale bordate de clădiri gotice impresionante, pe care dacă vrei să le vizitezi interiorul eşti obligat să „mergi" pe apă, *Bruges* este şi oraşul în care, de la finalul lunii noiembrie şi până în ianuarie, are loc festivalul sculpturilor în gheaţă. Centrul este dominat de turnul Belfort, devenit reper al micului şi cochetului oraş belgian, unde se găseşte un canillon, (instrument format din 48 de clopote), unde, din când în când are loc un concert susţinut de puţinii specialişti ce mai există în lume ce pot cânta la acest instrument destul de complex.

HAMBURG
oraşul „verde"

Aşezat la vărsarea râurilor Alster şi Bill în fluviul Elba, cea de-a doua aşezare ca mărime a Germaniei şi, în acelaşi timp, cel mai mare port al ţării şi al treilea din Europa, *Hamburg* este traversat de nenumărate canale. De altfel, este renumit pentru cele 2302 poduri, fiind cunoscut ca oraşul cu cele mai multe poduri din Europa (mai multe decât Veneţia şi Amsterdam la un loc), cel mai vechi datând din 1633. O plimbare cu barca pe lacul Alster din centrul oraşului oferă o perspectivă fascinantă a obiectivelor aflate în apropiere.

SANKT PETERSBURG
oraşul Nopţilor Albe

Străbătut de peste 1000 de poduri, dintre care 342 sunt de dimensiuni mari, *Sankt Petersburg* este oraşul unde se întinde canalul Griboedov, construit în 1739 şi este traversat de 21 de poduri. Acesta străbate centrul oraşului şi oferă o privelişte încântătoare asupra Bisericii Mântuitorului Însângerat, ridicată pe locul unde a fost asasinat ţarul Alexandru al II-lea.

Un alt canal renumit este Canalul de Iarnă, construit pe la 1718, a cărui lungime nu depăşeşte 228 m (fiind poate cel mai scurt din oraş), însă atmosfera deosebit de pitorească îi este dată de arcul ce leagă Muzeul Ermitaj de Teatrul Ermitaj.

Dintre cele 1000 de poduri existente, 22 sunt basculante, acestea, în perioada de navigaţie putându-se retrage pentru ca navele cargo şi petrolierele să poată traversa canalul. Plimbările cu barca pe canale oferă posibilitatea de-a vedea

multe clădiri monument al oraşului: Fortăreaţa Sfinţii Petru şi Pavel, Palatul de Iarnă, Grădina de Vară, Câmpul lui Marte, Podul Trinităţii sau Podul Anicikov. Pe la sfârşitul lunii iunie, Sankt-Petersburg este oraşul unde soarele răsare la 04,35 şi apune la 23,35, rămânând mereu la orizont. Pe toată această perioadă, cerul oraşului este luminat având loc celebrele Nopţi Albe când se pot face plimbări cu bărcile, trăind o experienţă unică, poate.

Numite ca fiind alte „Veneţii" de pe Terra, mai sunt şi oraşele *Stockholm* (Suedia), *Suzhou* (China), oraşul străbătut de Marele Canal lung de 1776 km (cel mai lung din lume), *Udaipur* (India) şi *Giethoorn* (Olanda) — un sătuc fără străzi ce poate fi văzut doar din Barca Şoaptelor.

IOANA FLORIA

Dificil...

Să vorbim corect!

„Situaţia a fost grea şi dificilă". Este un pleonasm pe care l-am întâlnit şi îl întâlnim adesea în cele mai variate medii, chiar în unele la care nu ne-am fi aşteptat sub nicio formă, cum ar fi cel politic. Vorbitorii respectivi consideră probabil că adjectivul greu/grea se referă numai la masa unui obiect pe când „dificil/dificilă" reprezintă o latură mai mult abstractă, însemnând probabil — în mintea lor — imposibilitatea de a te descurca într-o anume situaţie.

Dacă este aşa, şi adjectivul „greu" se referă strict la greutate, ne întrebăm ce cântar au folosit domniile lor pentru situaţia respectivă. Bănuim totuşi că au lipsit de la şcoală atunci când s-a vorbit la lecţiile despre sensurile denotativ (precis, comun, obişnuit) şi conotativ (figurat) şi la multe alte lecţii după aceea! Şi nici cu lectura nu stau prea bine!

În realitate, adjectivul „greu" este definit de dicţionar, printre altele drept: „Care se face cu greutate, care cere eforturi mari...". „Care se învaţă cu dificultate", „Serios, grav" etc. În dreptul adjectivului *dificil* putem citi: „Care prezintă dificultăţi; greu".

Aşadar pleonasmul apare din dorinţa vorbitorului de a fi cât mai convingător dar, pentru a-i spori „elocinţa", prezentăm şi alte expresii asemănătoare: „greu şi anevoios", „dificil şi complicat", „greu şi împovărător", „greutate şi impas" şi multe altele asemănătoare. *(I.S.)*

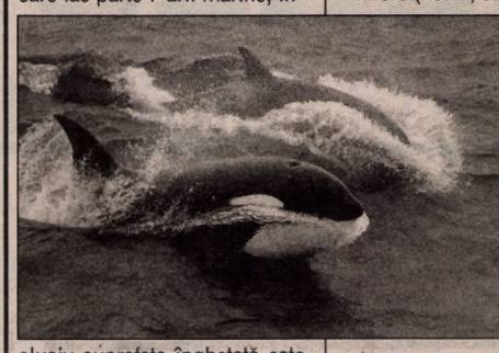
Pulsul Planetei

Sanctuar problematic

Reprezentaţii unui mare număr de ţări din Uniunea Europeană, din Australia, Noua Zeelandă, SUA, Rusia, Ucrania etc. s-au reunit recent în cadrul unui forum organizat în insula australiană Tasmania pentru a stabili un acord legat de instituirea unor vaste „sanctuare", zone din Oceanul Austral care să fie protejate (denumite de ecologişti „ultimele zone maritime virgine") pentru conservarea faunei şi florei antarctice.

Întâlniri de acest gen au mai avut loc dar susţinătorii proiectului s-au izbit de rezervele Rusiei şi ale Ucrainei ale căror pieţe de peşte depind enorm de pescuitul din apele antarctice.

Suprafaţa totală vizată din care fac parte 7 arii marine, in-



clusiv suprafaţa îngheţată este de 1,9 milioane km² în care trăiesc 16.000 de specii de vieţuitoare (balene, foci, peşti, pinguini imperiali etc.).

Rusia şi Ucraina au împiedicat adoptarea propunerii invocând diverse probleme juridice şi exprimându-şi dezacordul privind dreptul Convenţiei asupra conservării faunei şi florei marine din Antarctica de a instaura arii de protecţie. Un blocaj considerat „o extraordinară ocazie pierdută" pentru protejarea regiunilor vizate...

Flăcări devastatoare în Australia

Incendiile care au cuprins în ultimele săptămâni regiuni vaste din Australia continuă să se extindă în pofida mobilizării masive de pompieri. Peste 125.000 de hectare de păduri din statul Nouvelles-Galles du Sud în care se află oraşul Sydney, sunt afectate.

Odată cu distrugerea pădurilor dispar şi numeroase animale, în special tinerele mamifere (koala, canguri...). Toate ambulanţele veterinare sunt mobilizate pentru a salva animalele rănite, deshidratate, intoxicate de fum sau pe cele aflate în primejdie. Nici persoanele particulare nu stau cu mâinile în sân adăpostind numeroase animale în grădinile lor.

Incendiile afectează anual Australia. În 2009, au pierit 173 de persoane în statul Victoria şi 1 milion de animale sălbatice.

DORIN MĂRAN

Intimitatea noastră se află... sub lupă

În mod firesc, viaţa intimă a fiecăruia dintre noi se desfăşoară în spaţiu privat, adică oarecum ascuns „interesului" indiscret de care dau dovadă unii semeni.

Există totuşi, şi în aceste zone aparent privilegiate, elemente care ne unesc, dacă se poate spune astfel, într-o proporţie mai mare sau mai mică. Veţi fi poate uimiţi să descoperiţi astfel că, tocmai atunci când credeaţi că nimeni nu e părtaş la viaţa dumneavoastră strict personală, de fapt mulţi alţii se află tot cam... pe-acolo; fie şi la modul virtual. Aşadar, să numărăm!

1 În Europa, un copil din 10 este conceput într-un pat Ikea. De unde se vede că plăcerea şi pasiune de a asambla cunoaşte şi ea un anume paroxism.

2 În Hong Kong, soţul care comite adulter este obligat să plătească lunar o anumită sumă soţiei înşelate. În caz contrar, legea îi permite acesteia să îl ucidă pe infidel, cu condiţia să o facă cu mâinile goale. Dacă poate, nu? Mă rog, e o lege caducă, totuşi încă nu a fost abrogată.

3 În limba germană, „mijloc contraceptiv" se spune cam aşa: *Schwangerschaftsverhutungsmittel*. Problema ar fi că, după ce ai terminat de pronunţat cuvântul respectiv deja e prea târziu!

4 Jucăriile sexuale, aşa cum le cunoaştem noi astăzi, au fost inventate în secolul al XIX-lea, dar nu pentru ce credeţi, ci pentru a trata isteria.

5 Asociaţia americană de psihiatrie a inclus homosexualitatea în lista bolilor mentale (doar) până în anul 1973. Oare de ce s-or fi oprit?

6 În Egiptul Antic, se utiliza pentru contracepţie un preparat din excremente de crocodil. Analizate astăzi, s-a constatat că acestea conţin, într-adevăr elemente cu proprietăţi spermicide, care deci le permit să facă oficiul de anticoncepţionale.

7 Oamenii şi delfinii sunt singurele specii (animale) care simt plăcere atunci când au raporturi intime. Asta o spunem noi, oamenii...

8 În fiecare secundă, în întreaga lume se vând circa 7 tablete de Viagra. Dar să nu uităm că mai există şi alte asemenea stimulente sexuale. O fi de bine, o fi de rău?

9 Opera de ficţiune cea mai vândută în secolul al XV-lea a fost „Povestea celor doi îndrăgostiţi", un roman erotic scris de — cine credeţi? — cel care avea să ajungă mai târziu Papa Pius II. Nebănuite sunt căile Domnului!

10 Atunci când bărbatul atinge orgasmul, corpul său secretă endorfină, un agent care are calitatea de a inhiba senzaţia de durere. Această constatare pur ştiinţifică, respectiv medicală, explică şi de ce anumite practici care ar fi dureroase în condiţii aşa-zis normale sunt atenuate până la dispariţie. Prin urmare, activitatea despre care vorbim ar combate şi durerile de cap. Aviz anumitor doamne!...

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin" este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – *Preşedintă*
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ioana Floria, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

ECHIPA DE SERVICIU:
Responsabil de număr: Ioana Floria
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel./Fax: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI) Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66

GEORGE CUŞNARENCU
Redactor şef

DOREL DORIAN, ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

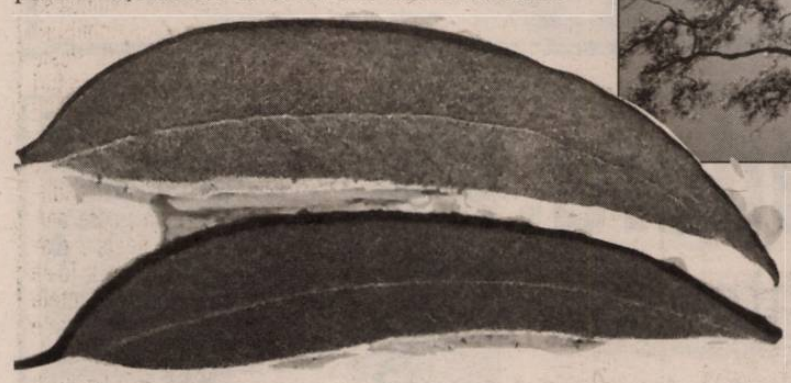
Tiparul: **INTACT S.A.**

Aur în eucalipți

Plantele „aspiră" prin rădăcini, apa, nutrimentele, mineralele de care au nevoie. Dar și elemente novice. Recent, au fost descoperite, într-o primă fază, microparticule de aur în frunzele unui eucalipt cu o înălțime de 35 de metri. Un indiciu la îndemână pentru a localiza eventuale mine de aur? (Particulele de aur, în cantități infime, se regăsesc în numeroase zone de pe pământ din lume, la diverse adâncimi.)

Câteva echipe de cercetători australieni au analizat frunzele unui eucalipt dintr-o zonă aflată în sud-estul țării, arbori capabili să-și procure resursele chiar în soluri cu structuri carbonizate, cu cenușă, rădăcinile pătrunzând adânc până în straturi fertile.

După ce au depistat microparticule de aur și în frunzele altor eucalipți, au săpat în solul din jur și au prelevat eșantioane de la diverse adâncimi. Analizele au indicat prezența aurului în foarte mici cantități.



Cercetătorii s-au întrebat de ce în unii eucalipți și nu în alți arbori este prezent aurul?

Pentru a desluși misterul, au realizat o serie de studii. Au analizat fruzele, coaja, fibrele copacilor, în special ale celor din sudul și vestul Australiei unde, cu zeci de ani în urmă, a fost pusă în evidență prezența aurului în subsol fără să fie exploatat (din motive ecologice).

Analizele au relevat prezența unor cantități infime de aur în frunzele copacilor din aceste zone.

S-a constatat faptul că particulele care au un potențial redus de toxicitate în concentrațiile sesizate în eucalipți sunt transportate spre vârf, preluate de frunze (urme infime de aur rămân și în trunchi, crengi, dar cea mai mare concentrație se regăsește în frunzele din vârf și din extremitățile ramurilor, primele care se usucă și cad, eliberând astfel arborele de otravă).

Analizele cu raze X au pus în evidență particule de aur cu un diametru maxim de aproximativ 8 microni (de 10 ori mai mic decât al firului de păr). Nu se poate însă pune problema exploatării aurului din zonele indicate de eucalipți. Ar trebui tăiați sute și sute de arbori pentru a recolta din pământ o cantitate care să se regăsească doar în 6-7 verighete...

A fost elucidat misterul lui Yeti?

Bryan Sykes, un genetician de la Universitatea Oxford, a făcut în urmă cu trei săptămâni, în cadrul unei conferințe de presă, o declarație șocantă: identitatea misterioasei creaturi care pendula între legendă și realitate, a fost

deconspirată. Cel puțin așa pretinde geneticianul care a prelevat eșantioane de păr de animale din Himalaya pe care le-a supus testelor ADN. ADN-ul a două dintre eșantioane identice, aparținând unor urși bruni neidentificați, corespunde cu cel al unei specii de urs polar ancestral (ADN-ul a fost extras din maxilarul unui specimen descoperit într-o insulă din arhipelagul Svalbard unde a trăit în urmă cu zeci de mii de ani). Așadar, se poate vorbi de o încrucișare a ursului brun cu un descendent al ursului polar ancestral care a dat naștere unei subspecii de urs brun cu un comportament diferit de cel al ursilor clasici. Și acesta... neidentificat.

Evoluție

Studiul celui mai vechi craniu 1,8 milioane de ani, din afara continentului african — descoperit în Dmaisi, Georgia — corelat cu toate informațiile antropologice legate de fosilele oamenilor preistorici, ar putea atesta

faptul că îndepărtații strămoși ai omului au aparținut unei singure specii. Lângă craniu, care s-a păstrat într-o excelentă stare de conservare, se aflau fragmente ale altor 4 cranii de hominizi, oseminte de animale, plante fosilizate și câteva ustensile din piatră.

Clubul select al caracatițelor

În urmă cu 10 ani, scufundători sportivi au observat pentru prima oară pe fundul apelor din largul coastelor indoneziene, caracatițe de talie mică, așa-numitele *caracatițe cu nervuri,* al căror comportament i-a sedus. Acestea, atrase de carcasele sparte ale nucilor de cocos, fie se

cuibăreau în ele pentru a se feri de prădători, fie le transportau folosindu-se de tentaculele care nu depășesc 15 centimetri lungime. Imagini bizare, având în vedere diferența semnificativă dintre mărimea „ambalajului" și corpul nevertebratei cu un diametru maxim de 8-10 centimetri. O echipă de biologi din Melbourne a studiat îndeaproape acest comportament.

De-a lungul ultimilor ani, a surprins 20 de caracatițe „proprietare" de coji de nuci de cocos, aflate în diferite ipostaze. Carcasele erau purtate sub corp, fie deasupra, fixate de tentacule. Au fost surprinse și exemplare care curățau carcasele de straturile moi. Pe lângă rolul de protecție, acestea reprezentau un trofeu – o carte de vizită – care le permitea să intre într-un „club select" al unor viețuitoare, exclusiv vertebrate, care utilizau diverse reziduuri sau obiecte marine (cochilii, pietricele etc.) pentru a săpa nișe, construi „fortărețe" etc.

Multă vreme, recurgerea la diverse obiecte în scopuri utilitare a fost asociată unor animale și insecte precum cimpanzeii, delfinii, vidrele, furnicile etc.

„Megafoane" vegetale

Mulți dintre noi își amintesc, desigur, de un joc „științific" practicat în copilărie: cel al comunicării de la 10-15 metri printr-un fir de ață prins la extremități de câte o cutie de chibrituri cu rol de „cutii de rezonanță". Și liliecii recurg uneori în comunicare la „amplificatoare" de sunet. Observațiile au fost făcute recent de o echipă de cercetători din SUA și Costa Rica într-o pădure din acest stat din America Centrală.

Protagoniștii liliputani din specia *Thyroptera tricolor* – cu o greutate de 7-8 grame –au obiceiul să vâneze în grup fără să se îndepărteze prea mult de vizuina lor (convietuirea în aceeași colectivitate care poate dura mulți ani, este un fenomen rar întâlnit la lilieci).

Fiind extrem de vulnerabili în fața prădătorilor, când ies din vizuină se refugiază adesea printre frunzele protectoare ale unor plante. Preferințele lor se îndreaptă spre o specie cu frunze mari, strânse în formă de cornet, care funcționează asemenea unei cutii de rezonanță de care profită pentru a stabili comunicarea cu semenii. Cei care se află în zbor, în căutarea unor astfel de adăposturi, emit sunete ascuțite la care cei adăpostiți răspund instantaneu, semnalând localizarea, percepția sunetelor fiind amplificată de efectul cutiei de rezonanță vegetală. (Observațiile au fost efectuate în urma unor analize detaliate, utilizându-se aparatură de înregistrare a sunetelor).

S-a constatat faptul că adăpostul vegetal amplifică sunetele emise de liliecii adăpostiți cu 1-2 decibeli, iar cele emise de cei din zbor, cu 8-10 decibeli. Capacitatea de amplificare a sunetelor se diminuează pe măsură ce frunzele se desfac, așa încât micuțele viețuitoare sunt nevoite să-și caute locuri de refugiu în cornetul plantelor tinere.

Ciocolată „tropicală"

Nu este deloc confortabil să consumi ciocolată pe vreme caniculară pentru simplu fapt că se topește, atât în ambalaj dar mai ales în mână. Pentru a preveni acest inconvenient, doi specialiști din cadrul societății britanice Cadbury, au produs câteva sortimente de ciocolată purtând denumirea unor mărci cunoscute în toată lumea, destinate în special pieților din țările tropicale.

Ciocolata își păstrează textura solidă până la 40ºC. Rețeta este, firește, secretă, ceea ce a ridicat deja probleme legate de rezistentă la temperaturi înalte.

În 2009, de pildă, un specialist american a conceput o rețetă de ciocolată care se topea dincolo de 55ºC. Gustul nu era însă foarte bun din cauza reducerii cantității de unt de cacao iar pe de altă parte procesul de fabricație era complicat și costisitor, așa încât el a abandonat proiectul.

nerespectarea brand-ului –, singura informație dezvăluită referindu-se la faptul că este vorba de un procedeu reduce cantitatea de zahăr acoperit de grăsime, ceea ce conferă structurii rezistență la căldură.

Nu este pentru prima oară când a fost produsă ciocolată

Pagină realizată de
DORIN MĂRAN

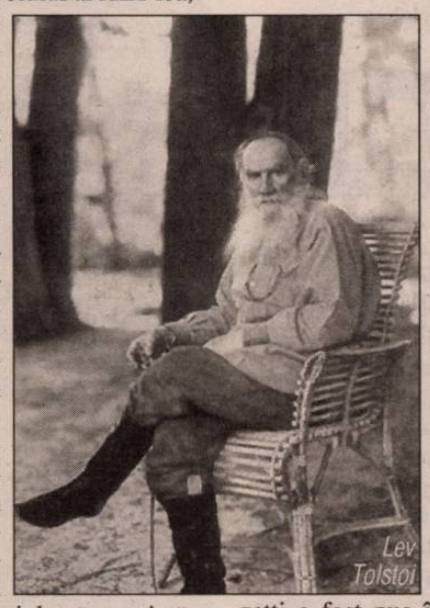
Anarhism şi violenţă

Teoriile anarhismului presupun o intoleranţă la organizarea statală şi la ierarhia acestuia, ca şi la mijloacele de coerciţie specifice statului. Dar această opoziţie a anarhiştilor a fost în special una violentă, deşi a existat şi o gândire a protestelor nonviolente. Istoria consemnează faptul că cea mai periculoasă formă a fost cea numită „Propagandă prin fapte", care scotea în evidenţă actele de agresiune fizică împotriva unor reprezentanţi de seamă ai puterii. Deseori, acest tip de anarhism este pus în legătură cu unul dintre cei mai importanţi anarhişti italieni din SUA, Luigi Galleani.

Luigi Galleani

Atentate la viaţa monarhilor

Printre marii propagatori ai anarhismului din secolul al XIX-lea se numără Carlo Pisacane (1818-1857), Mihail Bakunin (1814-1876), Paul Brousse (1844-1912) etc. Din a doua jumătate a secolului al XIX-lea, principalele acte de violenţă ale „propagandei prin fapte" au fost plasarea de explozibil, regicid şi tiranicid. După înfiinţarea sindicatelor, uneori grevele erau reprimate prin atacuri ale forţelor de ordine care se puteau solda cu victime. Atunci anarhiştii intrau în acţiune prin violenţă maximă, ca formă de „răzbunare".


Lev Tolstoi

Militanţi foarte activi pentru categoria de anahism cu violenţă au fost Errico Malatesta (1853-1932) şi Luigi Galleani (1861-1931). Acesta a fost activ în SUA între 1901 şi 1919, iar etichetele pe care le-a primit din partea istoricilor au fost „anarho-comunist" şi „anarhist insurecţionar". Plecat din Italia de tânăr, Galleani s-a remarcat în Europa prin incitarea la mişcări sociale şi dezordine, fapt pentru care a făcut mai mulţi ani de închisoare. Ajuns în SUA, el a devenit un radical al anarhiştilor şi un militant entuziast al „propagandei prin fapte". Prin actele de violenţă provocate de adepţii săi, el credea că face cea mai bună popularitate acestei mişcări.

De altfel, chiar şi cazul Sacco şi Vanzetti a fost pus în legătură cu Galleani. O acţiune foarte gravă a adepţilor săi a fost transmiterea de pachete cu bombe artizanale unor înalţi demnitari americani, în aprilie 1919. Procurorul general al SUA, alţi demnitari şi chiar şi John Rockfeller (marele industriaş fondator al Standard Oil) au fost ţintele acelor atentate. În mai multe ţări ale lumii, anarhiştii au produs mai multe atentate, din care amintim doar câteva: 1898 uciderea împărătesei Elisabeth a Austro-Ungariei, soţia lui Franz Josef I; 1900, omorârea regelui Italiei, Umberto I; 1901, uciderea preşedintelui SUA William McKinley; 1902, atentat asupra regelui Belgiei, Leopold al II-lea; 1906, atentat asupra regelui Spaniei, Alphonso al XIII-lea; 1908, uciderea regelui Portugaliei, Carlos I şi a fiului său; 1913, uciderea regelui Greciei George I. În 1920, atacurile cu bombe din Wall Street (New York) au omorât 38 de persoane şi au rănit 400. Multe acte teroriste s-au îndreptat şi asupra prim-miniştrilor din diverse ţări, ca şi asupra unor magistraţi şi a familiilor acestora.

Nonviolenţa

Cazul lui Lev Tolstoi (1828-1910), autorul romanelor „Război şi pace" şi „Ana Karenina", este unul special. El a promovat nonviolenţa (sau „anarho-pacifismul") pe care a numit-o anarhism creştin. Şi cum creştinismul este o religie a iubirii aproapelui, orice act de agresiune era exclus. Ideile nonviolenţei au fost preluate şi de Mahatma Ghandi, care a format o „colonie cooperatistă" lângă Johhanesburg, Africa de Sud. Tezele lui Tolstoi au pătruns şi în SUA.

Fotodocument

Instantaneu rarissim

Una dintre foarte puţinele imagini cu Franklin D. Roosevelt în cărucior cu rotile, pe care preşedintele SUA a permis să-i fie făcută – anul 1941. El a paralizat aproape complet (inclusiv faţa) după ce la 9 august 1921 a căzut în apele reci ale Golfului Fundy. Dar unii medici susţin că la New York fusese o epidemie de poliomielită. Roosevelt a rămas ulterior paralizat numai de la brâu în jos, dar el nu a admis niciodată că a fost paralizat pe viaţă şi a făcut numeroase terapii, cea mai bună fiind hidroterapia.

Theodora, împărăteasa Bizanţului

Eticheta care este pusă în dreptul împărătesei Theodora I a Bizanţului este una foarte laudativă: „Cea mai influentă şi puternică femeie din istoria Imperiului Roman". Mai mulţi istorici antici care s-au ocupat de biografia ei şi a soţului ei, împăratul Justinian I, i-au clădit o imagine suficient de obiectivă pentru ca posteritatea să poată aduce elogii Theodorei.

Theodora, mozaic din Ravena

Cel mai important istoric contemporan a fost grecul Procopius, ajuns la Curtea lui Justinian I şi devenit scrib al generalului de legendă Belisarius — unul dintre cei mai devotaţi şi mai bravi supuşi ai împăratului. Procopius ne spune că Theodora s-ar fi născut în Cipru, probabil în anul 500. Provenind dintr-o familie modestă, ea a avut un tată ilegitim şi o mamă cu nume necunoscut. Alţi istorici ne spun că dimpotrivă, a fost fiică de preot miaphisit (o ramură a creştinismului oriental), fapt care ar explica devotamentul ei pentru acest cult. Ioan din Efes, un istoric cu mai puţină admiraţie, ne povesteşte că Theodora a intrat de la o „vârstă fragedă" la un bordel din Constantinopol, unde a fost pusă să lucreze pentru clienţii săraci. Atunci când a plecat din acel stabiliment, tânăra Theodora nu a lucrat „pe cont propriu", ci a preferat să fie actriţă — cu roluri în care ţinuta sumară era obligatorie.

Ulterior, ar fi fost luată drept concubină a unui lider bizantin pe nume Hecebolus. Ar fi trăit cu acesta la Tripoli, dar în urma bătăilor primite a fugit în Egipt şi apoi s-ar fi întors la Constantinopol în 522, pe când avea 22 de ani. Aici, prin intermediul unui om al lui Justinian I, este remarcată de împărat. Numai că legea romană din acea perioadă interzicea unei „actriţe" să devină împărătească. Însă lui Justinian i s-a permis să se căsătorească cu Theodora în anul 525. Peste doi ani el avea să devină împărat, iar soţia sa co-regentă, deci cu acces total la putere.

Justinian I, soţul Theodorei

Salvarea domniei lui Justinian I

Deşi mariajul lor nu a fost văzut cu ochi buni de unele persoane de la Curte, în anul 532 s-a petrecut un eveniment excepţional, care a dovedit cât de bine s-a adaptat Theodora rolului de suverană şi cât de inteligentă a fost — deşi prima calitate remarcată la ea a fost frumuseţea. Revoltele violente din Nika au ajuns până la Constantinopol şi ameninţau tronul. La un moment dat, victoriile rebelilor contra autorităţilor i-au determinat să-l proclame neoficial împărat pe Hypatius (nepot al unui fost împărat). Atunci Justinian, speriat, a vrut să plece cu oamenii săi în exil. Dar Theodora a pătruns în Consiliul de Coroană şi a ţinut o cuvântare excepţională, vorbind despre împăratul care ştie să-şi apere tronul şi nu să fugă de teamă.

Cuvintele ei mobilizatoare au convins pe toată lumea, astfel încât împăratul a decis să rămână şi să-i trimită pe cei mai buni generali contra rebelilor. A rezultat un succes al suveranului şi peste 30.000 de oameni au murit. După ce Theodora i-a salvat Tronul, Justinian I i-a rămas profund recunoscător şi a acceptat implicarea soţiei sale în elaborarea de legi şi decizii politice şi religioase. El a fost de acord cu protecţia pe care Theodora le-a acordat-o miaphisiţilor, deşi el însuşi era creştin chalcedonian.

Împărăteasa Theodora I s-a preocupat de soarta tinerelor forţate să se prostitueze şi a dat legi care interziceau astfel de bordeluri. Pentru fetele fără ocupaţie, ea a înfiinţat mănăstiri unde să poată vieţui. De asemenea, a elaborat legi care protejau femeia la divorţ şi în cazul când avea proprietăţi. Femeia adulterină nu mai era condamnată la moarte, ca până atunci... Theodora a murit la doar 48 de ani, probabil de cancer la sân.

Astăzi în istorie

14 noiembrie 1889

S-a născut Jawaharlal Nehru

Arhitectul independenţei Indiei — sub tutela lui Mahatma Gandhi — şi „părintele Indiei moderne", Jawaharlal Nehru a fost primul prim-ministru al Indiei, între 15 august 1947 şi 27 mai 1964 (la 15 august 1947 India a fost declarată independentă de către Parlamentul Marii Britanii, după ce cu o zi înainte Pakistanul fusese declarat naţiune independentă de către acelaşi Parlament de la Londra; Republica India a fost proclamată la 26 ianuarie 1950). Reamintim că din 1858 guvernul britanic deţinea controlul asupra teritoriilor care vor deveni din 1876 „Imperiul Indian" (India, Pakistan, Bangladesh), regina Victoria devenind şi împărăteasă a Indiei.

Jawaharlal Nehru (14 noiembrie 1889 — 27 mai 1964), tatăl Indirei Gandhi şi bunicul lui Rajiv Gandhi, a fost fiul unui avocat şi militant naţionalist şi a absolvit Trinity College din Cambridge. Revenit în ţară, el s-a înscris la Înalta Curte de Justiţie şi a început o carieră politică dedicată emancipării Indiei şi obţinerii independenţei. A fost un membru proeminent al aripii de stânga din Partidul Congresul Naţional. În 1929 a ajuns preşedintele acestui partid şi a iniţiat şi redactat Declaraţia de Independenţă a Indiei (1929). În 1941, Mahatma Gandhi l-a declarat succesorul său. Când a ajuns prim-ministru, el a început un program de reforme pentru modernizarea Indiei, o dată cu trecerea de la monarhie la republică. Nehru a acţionat pentru organizarea agriculturii şi industriei, cât şi pentru educaţie şi învăţământ, eliminând diferenţele dintre caste. Pe de altă parte, Nehru a fost un mare lider al Mişcării de Nealiniere, iar neutralitatea Indiei a ajutat-o să primească ajutoare din partea tuturor blocurilor politice, în perioada „Războiului rece". Asupra sa au existat patru atentate. Nehru a fost foarte afectat de războiul cu China (octombrie-noiembrie 1962), care a avut ca pretext graniţa himalayană. Starea lui de sănătate s-a înrăutăţit în 1964, când a murit fără să lase un moştenitor politic. Nehru nu a fost un om religios (afirma că „religia te îndepărtează de realitate"), dar trupul său a fost crematorizat conform cutumelor hinduiste. Şi fiica sa, Indira, şi nepotul Rajiv au fost asasinaţi — în 1984, respectiv 1991.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Descoperiri aproape de noi

Ufologia rusă la ora actuală

La începutul anului 2013, ufologul polonez Piotr Cielebias, a luat un interviu ufologului rus din generaţia de mijloc, Mihail Borisovici Gershtein (foto). Acesta, născut în Leningrad (acum Sankt Petersburg), în 1972, a lucrat timp de şapte ani (1993-2000) ca jurnalist şi expert OZN în Sankt Petersburg la revista Anomalia, din 2001 a fost redactor-şef al revistei lunare electronice UFO Navigator, apoi din 2004 el este şi editor executiv al ediţiei ruse a revistei Nexus, iar în 2002 a fost ales ca preşedinte al Comisiei Ufologice a Societăţii Geografice din Rusia.

Prima întrebare a lui Cielebias a fost dacă guvernul rus tăinuieşte cumva anumite informaţii OZN. Mihail Gershtein a răspuns că nu crede asta. El a avut ocazia să discute subiectul OZN cu militari aflaţi la un nivel foarte înalt, atât pensionari cât şi din serviciul activ, până la şefii unor regiuni de apărare antiaeriană. Cu toţii au declarat că programele de studiu al fenomenului OZN de către cercurile militare au fost închise odată cu destrămarea Uniunii Sovietice (1991). Spre deosebire de perioada precedentă, după acest moment nu au mai existat nici măcar instrucţiuni care să spună ce trebuie să facă militarii în cazul întâlnirii cu un OZN. Dar în astfel de situaţii ei aveau grijă să nu raporteze „halucinaţia", la nivelurile superioare, pentru a nu avea probleme. Militarii pur şi simplu nu ştiu ce este acest fenomen, şi mulţi dintre ei cred în sursa extraterestră a OZN-urilor.

■ ***Răspunzând la o a doua întrebare,*** Mihail Gershtein a spus că la un sondaj de opinie, făcut în epoca Elţîn, 11% dintre locuitorii din Rusia au declarat că au văzut OZN-uri. Desigur, mulţi dintre aceştia doar au interpretat greşit nişte baloane, lansări de rachete, staţia spaţială internaţională etc. Dar, chiar dacă numai 10% dintre ei au văzut OZN-uri reale, avem aproximativ 1,5 milioane de martori oculari ai unor OZN-uri.

Numărul real de rapoarte de OZN-uri din Rusia nu poate fi estimat, deoarece nu există un centru comun pentru studiul OZN către care să fie dirijate aceste rapoarte. Fiecare grup OZN are propriile baze de date, pe care nu le împărtăşesc cu celelalte grupuri OZN. Mai mult, la ora actuală ufologia este grav discreditată şi oamenii, chiar dacă au văzut ceva, pur şi simplu nu vor să vorbească despre asta. De pildă, la Sankt-Petersburg a avut loc o observaţie de masă a unei apariţii extrem de spectaculoase, explicată până la urmă prin exerciţii militare cu rachete de semnalizare deasupra lacului Ladoga. Din păcate, au fost primite doar 8 apeluri din întreaga populaţie de 5 milioane a oraşului!

■ ***A treia întrebare*** s-a referit la proiectul „Setka", dedicat cercetării OZN în fosta URSS, mai ales în anii '80. Care au fost concluziile sale? Cine a mai fost implicat?

Mihail Gershtein a arătat că proiectul „Setka", pe cât se ştie, nu a găsit nimic „solid" şi concludent. El a dovedit existenţa unui fenomen neobişnuit, dar, deşi în documentele declasificate sunt menţionate diverse explicaţii posibile, inclusiv cea a formaţiunilor naturale plasmatice, de fapt nu s-au putut găsi dovezi nici pentru originea sa naturală nici pentru cea extraterestră. Din 1996, a încetat şi studiul oficial al OZN-urilor efectuat de Academia Rusă de Ştiinţe. La ora actuală există doar grupuri de ufologi amatori, fără bani, echipament şi experienţă.

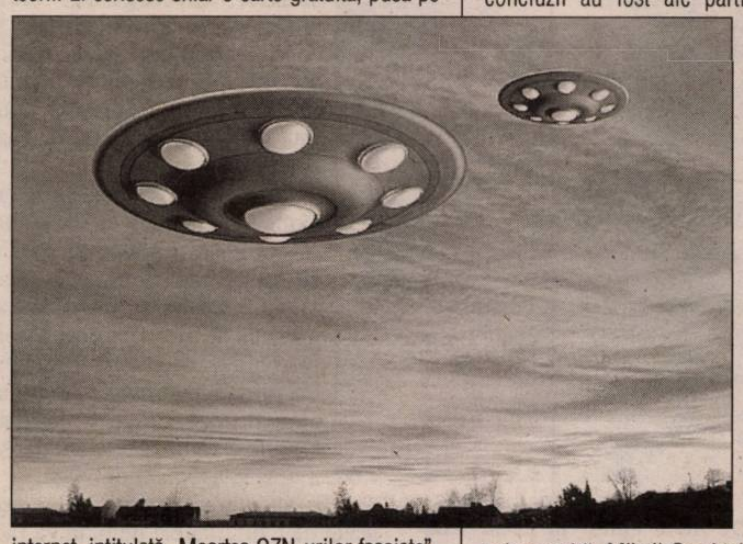
■ ***Următoarea întrebare*** s-a referit la cosmonauţii sovietici care s-a spus că ar fi văzut OZN-uri în spaţiu. Care sunt cazurile mai de încredere şi mai interesante?

Ufologul rus a confirmat că există într-adevăr multe observaţii neobişnuite ale cosmonauţilor în spaţiul din jurul Pământului. Dar de fiecare dată ei vorbesc doar de „ceva ieşit din comun", nicidecum de un „vehicul spaţial categoric nepământean". Un obiect luminos văzut pe orbită poate fi şi identificarea eronată a treptelor inferioare ale rachetei purtătoare, a unor sateliţi, bucăţi de gheaţă sau resturi aruncate din navă ş.a.m.d. În spaţiu nu poţi estima corect distanţele ori să spui ceva sigur privind natura sau dimensiunile obiectelor văzute. În măsura în care el a stat de vorbă cu cosmonauţii, niciunul nu era sigur că a văzut ceva care „cu siguranţă nu era din lumea noastră".

■ ***O altă întrebare*** a vizat faptul că, în urmă cu câtva timp mass-media a menţionat că dosarele Marinei militare ruse sunt pline de istorii despre întâlniri cu obiecte subacvatice neidentificate. Cum s-ar putea explica aceste cazuri? Sunt cu adevărat baze extraterestre în oceanele noastre? Gershtein consideră că nu toate fişierele OZN ale marinei au fost declasificate. Dacă el ar vedea personal astfel de documente, ar putea răspunde cu un grad mai mare de certitudine. Deocamdată există doar discuţii cu foşti ofiţeri de rang înalt din Marina militară a URSS, fără nicio confirmare „pe hârtie".

Obiecte ciudate în spaţiu

Următoarea întrebare a plecat de la faptul că unii au încercat să explice fenomenul OZN prin tehnologii pământene, secrete şi sofisticate. Alţii au spus că sunt experimente naziste cu farfurii zburătoare. Gershtein a negat categoric aceste teorii. El scrisese chiar o carte gratuită, pusă pe



internet, intitulată „Moartea OZN-urilor fasciste", destinată demitizării acestor istorii. După el, toate poveştile cu OZN-uri naziste sunt o adunătură de înşelătorii, apărute în anii '50 în anumite reviste din Germania Occidentală, iar mai târziu, în unele cercuri neo-naziste. Unii autori polonezi au adăugat propriile înşelătorii la această legendă — de exemplu, Igor Witkowski cu povestea lui despre „Clopotul" sau „dispozitivul nazist de testare OZN". Există, de asemenea, şi o farsă rusă binecunoscută despre OZN-urile naziste — un articol de 1 aprilie a ediţiei ruse a revistei *„Popular Mechanics"*. Desigur, a fost o sarcină foarte simplă ca aceste poveşti să fie demitizate.

■ ***Cielebias s-a interesat*** şi de aşa-numita afacere Diatlov, din 1959, când, în circumstanţe stranii, nouă excursionişti au murit în Munţii Ural. Acest caz a rămas inexplicabil. Unii au sugerat că moartea lor a fost legată de OZN-uri. Ufologul rus consideră că există două explicaţii, egal posibile. Una că ar fi avut loc o avalanşă de mică amploare (aşa-numita „versiune Buyanov"), alta presupunând o activitate OZN. Există unele dovezi indirecte pentru amândouă, dar nicio dovadă decisivă. Poate expediţii viitoare sau căutări extinse în arhive vor aduce la lumină indicii pentru a lămuri acest mister. Gershtein personal înclină spre varianta OZN.

Origine extraterestră?

■ *A urmat o întrebare de principiu:* ce reprezintă fenomenul OZN pentru Mihail Gershtein? Este acceptabilă originea extraterestră? Vom fi oare în măsură, într-o zi, în viitor, să dezvăluim misterele sale? Răspunsul a fost că nave şi ocupanţi cu însuşiri atât de avansate nu sunt, în mod sigur, de pe Pământ. Dar există multe alte posibilităţi în afara originii strict extraterestre — de pildă, de pe o altă linie de timp, alte dimensiuni din Universul nostru sau chiar din alte universuri. Astfel, dacă vin de pe o altă planetă, ei ar putea utiliza alte dimensiuni pentru călătorii cu viteze mai mari decât cea a luminii. Distorsiunile de timp, semnalate în interiorul sau în preajma unor OZN-uri aterizate, sugerează manipulări ale continuului spaţiu-timp. Fenomenul OZN nu este atât de simplu cum cred mulţi oameni şi studiul său pretinde o nouă abordare.

■ ***Întrebat despre concluziile*** Academiei de Ştiinţe a Rusiei cu privire la posibila origine a OZN-urilor, Mihail Gershtein a răspuns că, după câte ştia el, programul „Setka" al Academiei a dovedit că OZN-urile au un comportament inteligent. Au existat doar trei posibile variante: a) nave extraterestre, b) fenomene naturale necunoscute, cu o componentă inteligentă şi c) nave super-secrete ale „principalului nostru posibil duşman", adică SUA, camuflate ca nave extraterestre. Aceste concluzii au fost formulate după încheierea proiectului „Krug" („Cercul"), în 1983-1984 — un studiu activ al apariţiilor OZN lângă Centrul pentru testarea zborurilor de la Akhtubinsk, folosind echipamente sensibile şi numeroase posturi de observaţie. Dar aceste concluzii au fost ale participanţilor militari („Setka-MO"). Academia de Ştiinţe a declarat pur şi simplu că OZN-urile nu există. Desigur, ei ascundeau sub covor toate cazurile de aterizări OZN, răpiri etc., inclusiv cele implicând personal militar.

Ultima întrebare dorea nominalizarea unui caz din Rusia care ar putea fi cea mai bună dovadă că OZN-urile nu sunt de pe planeta noastră. Mihail Gershtein a răspuns că un exemplu ar putea fi răpirea din 1980 de lângă Orsk, având doi martori suplimentari. Cazul a fost studiat de „Setka-AN". Patru persoane (dintre care una lucrând în poliţie) au zărit un OZN lângă un râu. Apoi, doi dintre ei care mergeau spre râu cu undiţe de pescuit, au văzut un umanoid înalt, după care şi-au pierdut cunoştinţa. Unul dintre ei şi-a revenit, dar a văzut doar o încăpere închisă şi a auzit o voce care i-a ordonat să se arunce în jos printr-o trapă. Cel de al doilea răpit era încă fără conştienţă. OZN-ul plutea destul de jos, deasupra plajei nisipoase. Cel ce se trezise a evacuat prin trapă corpul prietenului său, apoi a sărit şi el. Imediat după aceasta OZN-ul şi-a luat zborul. După câteva minute, au apărut alte două persoane. Ei nu au mai văzut OZN-ul, dar au văzut cele două persoane dispărute stând pe nisip, fără să se zărească urme de paşi care să arate cum au ajuns aici.

Cazul a fost studiat independent de către două grupuri de oameni de ştiinţă de la Novosibirsk, ajungându-se la concluzia că a fost o răpire reală cu pierdere de memorie.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Despre fantome, numai de bine...

Atotcuprinzătorul domeniu numit paranormal include, printre cele mai răspândite fenomene, acele apariţii incerte, înfricoşătoare — numite fantome — puse în legătură directă cu fiinţe moarte. Am spus fiinţe, nelimitându-ne la oameni, deoarece nelumeştile entităţi nu au înfăţişări numai de oameni, ci uneori şi de animale, de obicei câini.

Ar fi cazul să recunoaştem că, oricât am lua în derâdere ori am contesta acest fenomen, într-un fel sau altul el există, dacă ne putem exprima astfel. Există, în sensul că până şi unele persoane cu formaţie ştiinţifică au avut de-a face cu cazuri când nu s-au putut aduce nicicum cotraargumente faţă de constatarea — simplist „explicată" — că *a fost ceva acolo*. La polul opus, se găsesc însă şi numeroase dovezi certe că *acolo nu a fost nimic*... Să vedem ce se mai întâmplă pe la noi!

Nu de mult timp, a făcut furori pe youtube postarea unei înregistrări a camerei de supraveghere amplasate în faţa unui magazin, afacere de familie, ce aparţine unui localnic din satul vâlcean Roeşti. Ciudăţenia ar fi apărut pe filmuleţ în plină zi, pe la ora 13.00. Imaginile nu sunt prea clare, dar se poate observa o siluetă care seamănă cu o femeie ce se deplasează cu viteză dinspre intrarea în magazin către ieşirea din gospodărie. Referitor la bizara apariţie invizibilă cu ochiul liber, părerile sunt împărţite, însă o parte din oameni consideră că e o eroare de soft, iar alţii — localnici şi amatori de senzaţional cu orice preţ — sunt siguri că e vorba despre „mireasa din Pădurea Cotoşmanului". Cert este că marea majoritate a localnicilor, dar şi oameni din alte localităţi au făcut un adevărat pelerinaj la gospodăria cu pricina, pentru a urmări înregistrarea, deşi amănunte în plus nu găsesc de niciun fel.

Amatorii de filme SF nu exclud nici o vizită din spaţiu a vreunei forme extraterestre, iar alţii, oarecum iniţiaţi în ale parapsihologiei se gândesc la o apariţie ectoplasmatică ce „defilează" în cadru. În orice caz, localnicii susţin ca au tras o sperietură soră cu moartea. Om cu frică de Dumnezeu, patronul a chemat preoţi să ţină slujbe de alungare a duhurilor rele şi s-a hotărât să-şi atârne la intrarea în magazin o icoană, dar ce-a găsit a doua zi l-a năucit şi mai mult. Deşi niciun semn nu indica prezenţa vreunei vietăţi, un vânt puternic ori ceva asemănător, icoana stătea aşezată jos, lângă clădire. Pe de altă parte, proprietarul magazinului este convins că nici despre vreo defecţiune a camerei video nu poate fi vorba, dar o explicaţie plauzibilă nu găseşte. Un posibil fir roşu totuşi ar exista în partea locului.

O legendă spune că o bandă de haiduci s-a adăpostit ani buni în pădurea Cotoşmanului şi obişnuia să-i prade pe bogătaşii care treceau prin zonă cu căruţele. Într-o noapte au jefuit o ceată care se întorcea de la o nuntă şi în urma atacului a fost ucisă mireasa. De atunci, spun bătrânii, fantoma tinerei li se arată şoferilor în nopţile cu lună plină. Nu este violentă, doar se arată din când în când şi îşi plânge soarta cruntă.

Însă tot în partea locului mai circulă tot felul de poveşti, asemănătoare. Un bărbat afirma că într-o seară, pe când trecea cu maşina printr-o răscruce de drumuri de lângă Roeşti, o femeie îmbrăcată în alb care stătea la ocazie l-a rugat să o lase exact în mijlocul drumului care traversează Cotoşmanul. Taman ce se întuneca. Omului i s-a făcut pielea de găină şi l-a apucat tremuratul, nici nu a apucat să o întrebe de ce vrea să rămână acolo, la acel ceas de seară. Apoi, s-a uitat în oglindă după ce a coborât şi nu a mai văzut-o. Astăzi mărturiseşte că nu ştie dacă a fost iluzie optică sau nu, cert e că de frică a apăsat pe acceleraţie, să iasă cât mai repede din pădure.

Poveşti închipuite sau întâmplări stranii trăite aievea? Nimeni nu poate şti. Totuşi, faţă de posibila apariţie spectrală din satul vâlcean, o „senzaţională" întâmplare de peste Ocean aruncă în derizoriu un întreg eşafodaj ocult. Ştirea că o fantomă a fost filmată într-o sală de fitness din Kansas, SUA, a făcut rapid înconjurul lumii şi l-a transformat pe proprietarul sălii într-o veritabilă vedetă locală. Cu toate acestea, ceea ce părea a fi o dovada clară a existenţei „vieţii de după moarte" s-a dovedit a fi cu totul şi cu totul altceva. Kim Peterson, proprietarul sălii Anytime Fitness a devenit centrul atenţiei în momentul în care a solicitat intervenţia poliţiei şi a mai multor specialişti care să explice misteriosul fenomen ce avusese loc în urmă cu doar câteva nopţi. Aşa cum reiese din imaginile surprinse de una dintre camerele de supraveghere, aceasta a început să înregistreze, deşi nu era setată să facă acest lucru decât în cazul în care erau activaţi senzorii de mişcare. Mai mult, deşi nimeni nu părea să se afle în sala de fitness, camera de supraveghere a reuşit să surprindă o imagine luminoasă ce lăsa impresia că se plimbă „ceva" printre aparatele de sport. Misterul era cu atât mai mare cu cât simpla lumină a apariţiei fusese capabilă să pornească o cameră video şi, mai mult, acest lucru se întâmplase de cel puţin nouă ori în decurs de mai puţin de două ore. A fost nevoie de o întreagă echipă de specialişti care să afle şi să explice fenomenul nefericitului proprietar. Fantoma nu era decât... un gândac care îşi făcuse loc în şi pe camera video!

Un caz identic a avut loc în anul 2007, în Santa Fe, New Mexico, atunci când un păianjen a îngrozit o întreagă comunitate, lăsând impresia că este o fantomă, după ce pătrunsese în interiorul unei camere de filmat. Până la urmă, a greşi e omeneşte, nu?

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de ştiut

În mod curent medicii recomandă ca din meniurile zilnice să nu lipsească legumele şi fructele. Mai mult, se precizează că ideal ar fi consumul a cinci sortimente diferite. Recomandările nu se opresc aici. Dacă vrem să oferim organismului elementele de care are nevoie trebuie să respectăm şi un „cod" al culorilor sănătăţii. Se impune să consumăm fructe şi legume verzi, bogate în substanţe antioxidante benefice în menţinerea acuităţii vizuale. Varza, spanacul, salata verde, dovleceii, broccoli, pătrunjelul, kiwi, castraveţii, avocado conţin vitamine dar şi calciu.

Fructele şi legumele roşii sunt bogate în antioxidanţi, vitamine şi fitonutrienţi care ajută la menţinerea sănătăţii oculare, ajută la funcţionarea optimă a tractului urinar şi a celui digestiv. În această categorie intră afinele, grepfrutul, rodiile, zmeura, căpşunile, ridichile, merele roşii.

Culorile sănătăţii

Vitamina C, betocarotenul, acidul folic, potasiul conţinut de fructele şi legumele galbene reduc inflamaţiile, încetinesc procesul de îmbătrânire şi întăresc sistemul imunitar. Printre ele se numără dovleacul, portocalele, mandarinele, lămâile, ananasul, papaia, morcovii, porumbul, perele, cartofii dulci.

Nutriţioniştii spun că este indicat consumul fructelor şi legumelor albe datorită beneficiilor pe care acestea le aduc organismului. Ele conţin antioxidanţi şi nutrienţi care întăresc imunitatea organismului şi dau senzaţia de saţietate pentru mai mult timp. Din această categorie fac parte bananele, cartofii, ciupercile, conopida, ţelina, rădăcina de pătrunjel.

Dr. VALERIU MANTA

Ţinute călduroase

Jachetele tricotate, din lână, de lungimi diferite continuă să se menţină pe firmamentul modei anotimpului rece. Alături de bluzoanele din piele, vestele sau pantalonii tot din piele, sau jeanşii din coton imprimat.

Şi botinele, îmblănite şi cu „manşetă" din blăniţă la vedere ne vor ţine de cald în apropiata iarnă. Nu uitaţi pălăriile. Sunt în vogă cele cu boruri mari.

Pentru dumneavoastră, doamnă

În căutarea elixirului tinereţii

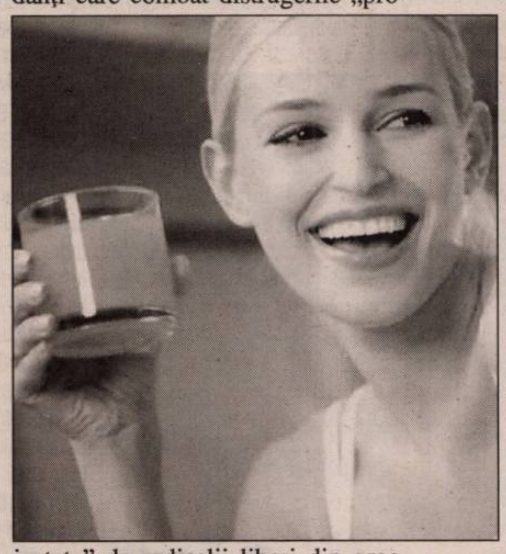
Chiar dacă oamenii de ştiinţă nu au descoperit încă elixirul tinereţii, studiile lor demonstrează cu claritate că durata vieţii fiecăruia este influenţată de obiceiurile dobândite de-a lungul vieţii.

Chiar dacă moştenirea genetică îşi pune amprenta asupra longevităţii, nu o face în mod decisiv ci este „ajutată" de stilul de viaţă şi de atitudinea adoptată în diverse împrejurări. Care ar fi obiceiurile benefice?

În primul rând este important să menţineţi creierul activ citind, învăţând limbi străine, rezolvând jocuri de perspicacitate sau cuvinte încrucişate. Chiar şi shopingul este benefic, spun specialiştii, pentru că este o formă de terapie care implică mai multe funcţii cognitive.

Nu trebuie neglijat nici efortul fizic. S-a demonstrat ştiinţific de un grup de cercetători americani faptul că cei care fac sport au cu 40% mai puţine riscuri de a căpăta boli cardiovasculare faţă de persoanele care nu se antrenează cu regularitate. Studiul arată, de asemenea, faptul că persoanele sedentare riscă de trei ori mai mult să moară prematur decât cele cu un ritm de viaţă alert.

Nutriţioniştii preocupaţi de „elixirul tinereţii" consideră că reţeta unei vieţi lungi pare a fi o dietă bogată în legume, fructe, peşte, paste şi ulei de măsline. Toate se regăsesc în renumita dietă mediteraneeană. Explicaţia rezidă în faptul că meniul mediteraneean este bogat în antioxidanţi care combat distrugerile „proiectate" de radicalii liberi din organism. De mare ajutor în acest sens sunt fructele de pădure, usturoiul, spanacul, dar şi vinul roşu, băut cu măsură (un pahar pe zi).



Privarea de somn ca şi dormitul peste măsură pot reduce speranţa de viaţă. Tot cercetătorii americani sunt cei care precizează că ar trebui să dormim între şase şi opt ore pe noapte. Cei care nu se încadrează în acest „barem" riscă să moară mai repede. Dacă doriţi să trăiţi mai mult, obişnuiţi-vă cu răsfăţul, nu vă refuzaţi mici plăceri ale vieţii şi nu fiţi prea severe cu propria persoană.

Există cercetători care susţin că o căsătorie fericită înseamnă viaţă lungă atât pentru femei cât şi pentru bărbaţi. Şi copiii prelungesc viaţa, aşa că nu amânaţi statutul de mamă. În schimb, divorţul şi a doua sau a treia căsătorie diminuează speranţa de viaţă.

Cercetătorii din SUA au ajuns la concluzia că persoanele optimiste trăiesc, în medie, cu 12 ani mai mult decât pesimiştii. Aceştia se îmbolnăvesc mai des de viroze, gripe, răceli. În schimb, dacă vedeţi jumătatea plină a paharului, nu numai că veţi trece mai uşor peste situaţiile dificile care apar, dar vă măriţi şi speranţa de viaţă.

Un alt sfat al specialiştilor este acela de a nu uita cât de bine vă face râsul. Un minut de râs echivalează cu 10 minute de joghing, spun cardiologii. În plus, râsul diminuează nivelul hormonilor specifici stresului şi intensifică activitatea anticorpilor, apărând organismul de boli.

Dosarele frumuseţii

Piele catifelată cu... lapte

Laptele, supranumit aliment universal, conţine în proporţii optime toate mineralele necesare organismului. Datorită conţinutului de triptofan, precursor al serotoninei, „hormonul fericirii", laptele băut seara induce relaxarea urmată de un somn odihnitor. Dar, nu trebuie uitat efectul benefic al laptelui adăugat în apa de baie.

Băile cu lapte calmează şi tonifică pielea datorită compoziţiei bogată în calciu, magneziu, potasiu, dar şi în proteine.

Mai mult, acidul lactic îndepărtează impurităţile de la nivelul epidermei, reglează pH-ul şi catifelează pielea.

La fel de relaxantă poate fi o baie dacă adăugaţi în apă câteva picături de uleiuri esenţiale. Făcută cu puţin timp înainte de culcare, reuşeşte să vă „spele" toată energia negativă acumulată în timpul zilei. Uleiul de lavandă este indicat pentru un somn odihnitor. Despre uleiul esenţial de eucalipt se ştie că detensionează şi are efect febrifug şi de calmare a durerilor. Muşeţelul este util în stări de nervozitate, are efect sedativ şi reduce tensiunea musculară.

Uleiurile din santal sau cedru redau echilibrul emoţional şi reduc tulburările sistemului endocrin.

Gastronomice

Salată cu ouă

4 ouă, 2 legături ceapă verde, 2 căţei usturoi, 200 g piept pasăre, 3 linguri maioneză, 2 linguri smântână, sare.

Se fierb ouăle tari apoi se decojesc şi se dau pe răzătoare. Pieptul de pui se fierbe şi se taie felii subţiri. Ceapa se spală bine, se scurge şi se taie. Usturoiul se toacă mărunt. Se amestecă totul într-un castron. Se pune sare, piper, maioneză şi smântână. Se amestecă uşor şi se aranjează pe un platou.

Supă franţuzească

2-3 fire praz, 2-3 linguri ulei, 2-3 cartofi, 500 ml lapte, pătrunjel verde tocat, 100 g caşcaval.

Se curăţă prazul, se spală, se taie mărunt, apoi se căleşte în ulei 2-3 minute. Se stinge cu 500 ml lapte. Se adaugă sare, cartofii cruzi, raşi pe răzătoarea mică. Se fierb 10-15 minute, se pune verdeaţa tocată. Se serveşte rece, cu caşcaval ras deasupra.

Cartofi la cuptor

1 kg cartofi, 300 g smântână, 6 ouă fierte, caşcaval.

Se fierb cartofii şi se taie rondele. Se aşază apoi, un strat de cartofi, unul de smântână, unul de ouă fierte. Ultimul strat trebuie să fie de cartofi şi se toarnă smântâna deasupra. După preferinţă, la fiecare strat se poate adauga caşcaval. Se pune la cuptor până se rumeneşte.

Budincă de carne

125 g carne de porc, 375 g carne de berbec, sare, 5 ouă, 100 g pâine, 200 g ciuperci, 3 linguri bulion, 3 linguri smântână, 2 linguri brânză rasă.

Carnea tăiată în bucăţi mici se amestecă bine cu sare, boia, ou, pâine înmuiată în lapte şi ciupercile tocate. Toată compoziţia se pune într-o cratiţă unsă cu grăsime şi se lasă în cuptor aproximativ 40 de minute. Ouăle fierte se taie în felii, se aranjează pe deasupra budincii atunci când aceasta este aproape gata. Din smântână, bulion şi brânza rasă pregătim un sos picant pe care-l turnăm peste budincă. Se mai lasă cratiţa 10 minute în cuptor.

Salată de fructe

1 ananas, ½ nucă de cocos, 2 banane, 1 mango, 2 kiwi, căpşuni, 2 portocale roşii, struguri, whisky cream, vanilie.

Se taie fructele cubuleţe şi se pun într-un bol. Se amestecă, după care se adaugă 3 linguri de whisky cream. Se pudrează cu vanilie.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

Reconstituirea bucătăriei romane

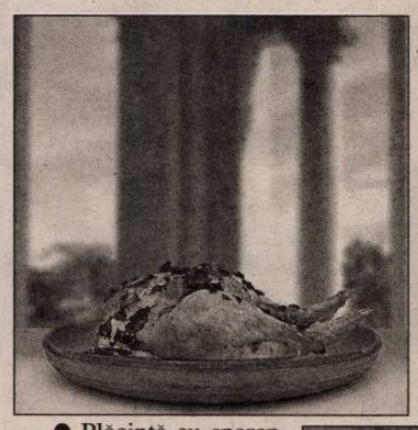
Pânzele maeştrilor din Evul Mediu sau din perioada Renaşterii care ilustrează mesele îmbelşugate, cu delicatese aranjate cu rafinament, ale suveranilor, înalţilor prelaţi, nobililor etc., din Antichitate sau din Evul Mediu, au incitat mereu opinia publică. Cum erau pregătite preparatele puse pe mesele celor avuţi din diverse popoare antice? Ale perşilor, egiptenilor etc. Dar ale romanilor?

În lucrarea *De recoquinaria* scrisă de gastronomul roman Apicius, diversele texte ale agronomilor, cronicarilor şi informaţiile furnizate de descoperiri arheologice (picturi, mozaicuri etc.) au incitat şi numeroşi specialişti care au încercat să reconstituie bucătăria romană în care apare frecvent sosul garum, despre care am mai vorbit (măruntaie de peşte macerat îndelung în saramură).

O echipă de arheologi şi gastronomi francezi a studiat timp de 10 ani numeroase documente pentru a intra în culisele bucătăriei romane publicând zeci de reţete, inclusiv cele ale lui Apicus, însoţite de comentarii, istorioare, într-o carte intitulată „Bucătăria romană". Nu înainte de a testa fiecare reţetă cu speranţa că vor reuşi să redea gustul autentic, cel de altădată. Ceea ce era problematic întrucât gustul cărnii şi al legumelor de altădată nu este identic cu cel de azi. Pe de altă parte, pentru a conferi cărnii animalelor de crescătorie (pui, raţe, porci etc.) o savoare deosebită, romanii le îndopau cu fructe deshidratate. De reţinut faptul că romanii începeau, de obicei, mesele cu ouă preparate în diverse moduri (în special, răscoapte) şi le încheiau cu mere.

Vă prezentăm câteva dintre preparatele pe care le-au reprodus:

● Sos de stridii, cu pătrunjel, mentă, piper, cumin, ulei de măsline, miere, oţet, garum, gălbenuşuri, toate amestecate pe foc.



● Plăcintă cu sparanghel, garum, vin alb, ciuperci, frunze proaspete de coriandru, leuştean, cimbru, ouă, ulei (evident, piper, sare) lăsată în cuptor cam 40 de minute.

● Măsline macerate în must de struguri căruia i s-a oprit procesul de fierbere.

● Sos pe bază de leuştean (zdrobit în mojar), stafide, brânză moale, proaspătă, ulei, mere, must sau suc de fructe, garum, diverse condimente. Peste sos erau puse frunze de mentă, leuştean, muguri de pin, stafide.

● Piure de sparanghel cu ouă bătute, ulei de măsline şi garum, totul fiind lăsat pe foc câteva minute.

● Pui rumenit, asezonat cu sos pe bază de supă de vânat, vin şi legume fierte şi pasate.

● Brânzeturi aromatizate cu mirodenii.

● Carne marinată în sos de smochine deshidratate, cu un strat de aluat şi lăsat în cuptor.

● Pui prăjit în baie de ulei, servit cu legume călite (în special praz), sos garum, şi un altul din ulei, apă, vin, frunze de coriandru, praz, mărar, cimbru, diverse plante aromatice şi condimente.

● Curmale umplute cu nuci, miere şi seminţe prăjite.

● Plăcinte umplute cu jambon de porc desărat, fiert în apă cu vin, frunze de dafin, smochine. Carnea mărunţită, învăluită în aluat crestat deasupra era dată la cuptor.

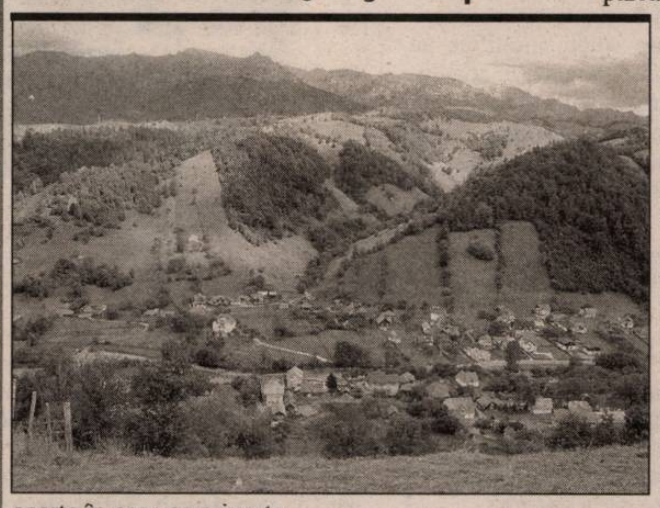
Specialiştii francezi au urmat în timp „traseul" acestei moşteniri gastronomice abandonată în cea mai mare parte începând cu secolul al XV-lea când gusturile au început să se schimbe, mai ales după inventarea de noi reţete cu noi produse, mirodenii aduse de Lumea Nouă, din ţările tropicale etc. Unele reţete menţionate de Apicius se regăsesc şi azi în bucătăria mediteraneană, în special.

DORIN MĂRAN

Drumeţii şi popasuri

DRAGOSLAVELE
între munţi şi ape

De vrei să fii departe de aglomeraţia de pe Valea Prahovei, porneşte spre *Dragoslavele,* o localitate veche, atestată documentar pe la 1368, situată la 20 km depărtare de frumosul oraş Câmpulung, fiind aşezată între munţii din partea de Nord-Est a judeţului Argeş. Comuna are ca vecinătăţi zone deosebit de pitoreşti, ceea ce-i dă o notă aparte în ceea ce priveşte potenţialul turistic.



Ajunşi la Dragoslavele veţi avea bucuria să vă familiarizaţi cu câteva dintre locurile ce despart localitatea de vecinii săi. Vorbind despre hotarele sale putem spune că la răsărit se învecinează atât cu Braşovul cât şi cu judeţul Dâmboviţa prin culmea de despărţire a scurgerii apelor, la apus cu comuna Nămăeşti pe culmea Măgurei, prin vârful Privatului şi pe culmea munţilor Plăişor şi Fântâneaua, la miază-noapte cu muntele Sohorat prin apa văii Frasinului şi cu renumita comună Rucăr prin Parul lui Carceiu. Hotarele localităţii sunt puncte de atracţie pentru cei care se opresc la una din pensiunile extrem de cochete şi primitoare din zonă. În această comună musceleană, cum le place localnicilor s-o numească, cu gospodării frumos ridicate şi întreţinute, cu pajişti şi livezi, cu poteci ademenitoare spre locuri necunoscute, cu muntele aproape care stă de strajă parcă, îndemnându-te la drumeţie, toate au rostul lor.

Tradiţiile şi obiceiurile zonale au rămas încărcate de vitalitate şi mister, însoţind viaţa omului. Unul dintre obiceiurile păstrate peste timp este *Focul lui Sumedru* (de Sf. Dumitru) care aici, la Dragoslavele încă îşi păstrează adevărata taină, generând un bogat folclor şi rămânând un prilej de bucurie pentru dragosloveni, ce aduc un prinos de mulţumire în faţa darurilor bogate ale toamnei.

IOANA FLORIA

Amprente ale spiritualităţii

Mănăstirea Slănic

Aflată în judeţul Argeş, comuna Aninoasa, satul Slănic, mănăstirea cu acelaşi nume, cu obşte de călugări, are hramurile „Naşterea Maicii Domnului", „Schimbarea la Faţă", „Sfântul Calinic de la Cernica".

Prima atestare datează încă din 1679, când, printr-un act oficial, popa Nica, „fiul lui Macarie călugărul" donează şi închină Mănăstirii Aninoasa „biserica cu delniţa ei din Slănicul de Jos". Locul era vestit însă pentru calităţile sale tămăduitoare, deşi, din 1805, călugării părăsiseră schitul din motive necunoscute şi biserica este mutată undeva în Vlaşca.

În 1916, în plină încleştare armată mondială, monahul Irinarh Pulpea cu metanie de la Schitul Ciocanul, urcă pe munte, retrăgându-se în post şi rugăciune. În 1922 i se alătură un alt monah, Isidor Ghimpeţeanu, de la Robaia, şi împreună cu credincioşii din zonă încep construirea unui schit închinat Maicii Domnului.

Biserica primeşte, printre alte daruri, şi un teren de 5 hectare dar lucrările sunt extrem de dificile, materialele de construcţie fiind cărate de călugări în spate. La 19 octombrie 1930 are loc sfinţirea sfântului locaş, iar în 1944 noul stareţ, Vitimion Niţoiu introduce rânduielile slujbei zilnice şi reglementează viaţa de obşte. Monahul s-a stins din viaţă în 1990 şi trupul său se odihneşte acum sub o cruce din incinta aşezământului.

În 1978, succesorul lui întru stăreţie a fost monahul Teofil Bădoiu, care, prin întreaga sa activitate şi-a căpătat reputaţia de adevărat sfânt. În 1991 se ridică o nouă biserică şi, în 1992 schitul capătă statut de mănăstire.

Aşezarea monahală a fost numită de IPS Calinic al Argeşului „Taborul Argeşean" întrucât aici se ridică trei biserici, asemenea celor trei „colibe" de pe Sfântul Munte din Galileea, unde a avut loc Schimbarea la Faţă a Mântuitorului. În bisericuţa de pe vremea stareţului Vitimion se păstrează moaştele Sfinţilor Tiron şi Teodor Stratilat.

Biserica nouă este o construcţie monumentală, în formă de cruce, având un pronaos spaţios, un pridvor închis şi un altul deschis, susţinut de coloane sculptate, în care se intră urcând câteva trepte de marmură. Uşa dintre pridvorul închis şi pronaos este masivă, din lemn, frumos sculptată, ca şi catapeteasma şi întregul mobilier. Exteriorul este împărţit în două registre de un brâu puţin pronunţat, cel de jos fiind străpuns de ferestre iar cel de sus împodobit cu ocniţe dintre care sunt pictate cele de deasupra pridvorului.

Există încă un brâu, frumos ornamentat în apropierea streşinii. Biserica, acoperită cu tablă are trei turle, una pe naos şi două pe pridvorul închis. Impresionant este muzeul găzduit de mănăstire, muzeu care adăposteşte cărţi vechi, icoane, odoare salvate din furtunile care au bântuit deasupra sfântului locaş.

IRINA STOICA

Cupidon
personaj enigmatic

Venus și Cupidon, Bouguereau

Atât de numeroase sunt reprezentările neastâmpăratului Cupidon (pentru latini, Eros pentru greci), încât cei care au scris crâmpeie ale unei posibile biografii mitologice s-au încurcat deseori în informații. Motivul pentru care Cupidon (lat. pentru Dorință) rămâne un personaj enigmatic este relativ simplu: Cupidon (Eros) este în teogonia marelui mitograf Hesiod un zeu primordial. Adică un zeu care a existat de la începutul începuturilor sau „fără o sosire pe lume pe cale sexuală". Mai bătrâni decât el, spune Hesiod, nu erau decât Chaos și Gaia. Cu alte cuvinte, Cupidon exista înainte să existe cuplul bărbat-femeie.

Odată cu preluarea personajului de către mulți autori, lui Cupidon i s-au atribuit, totuși, părinți nesiguri. Seneca spunea că era fiul lui Vulcan și al lui Venus. Cicero afirma că sunt de fapt trei Cupidoni: unul de la cuplul Mercur și Diana, altul de la Mercur și Venus și un al treilea de la cuplul Marte și Venus. Dar cum Marte era zeul războiului, fiul lui nu era un Eros, ci un Anteros (împotriva iubirii). Treptat, dramaturgi precum Christopher Marlowe și Ben Jonson ne vorbesc despre „mii de Cupidoni"...

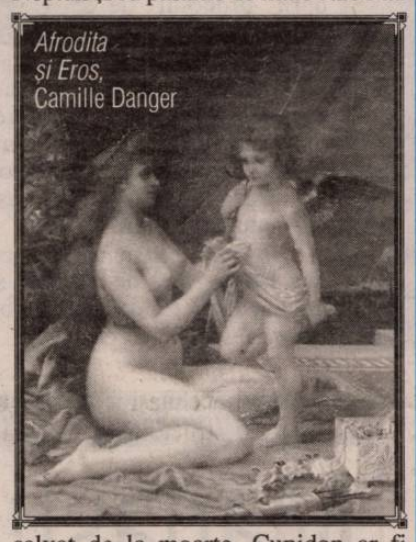
Afrodita și Eros, Lucas Cranach cel Bătrân

Afrodita, Mercur și Eros, Correggio

Referitor la înzestrarea sa, despre săgeți au apărut mai multe legende. Astfel, Ovidiu ne spune în „Metamorfoze" că a tras cu o săgeată cu vârf de aur în Apollo și cu o săgeată cu vârf de plumb în nimfa Dafne. Și a rezultat o iubire imposibilă: tatăl lui Dafne a prefăcut-o pe aceasta în laur, care a devenit sacru pentru neconsolatul Apollo. Dar un poem atribuit lui James I al Scoției (1406-1437) arată că există trei tipuri de săgeți: cu aur (pentru dragoste vindecabilă), cu argint și cu oțel (iubire invincibilă). Probabil că acestea sunt alese în mod arbitrar de către Cupidon, la fel ca și țintele.

Descrierea lui Cupidon este mai sigură și mai uniformă. El are săgeți pentru că dragostea rănește și mai are și o torță pentru că inflamează inima. Deseori el este și legat la ochi (fără să fie orb), pentru că nu are preferințe în a-și alege victimele – acestea pot fi muritori sau zei, totuna. Shakespeare în „Visul unei nopți de vară" confirmă ceea ce ilustrase Botticelli în capodopera „Primăvara", alegorie în care Cupidon trage cu arcul legat la ochi.

Cupidon are în unele povești un inamic care nu-i dă pace, și anume roiul de albine. Pentru mai mulți autori antici, legenda era un fel de răzbunare pentru înțepătura de săgeată pe care o provoca Eros. Lucas Cranach cel Bătrân a fost pasionat de această temă. Printre prietenii lui Cupidon se numără, la loc de cinste în legende și-n arte vizuale, delfinii. Străvechi descrieri romane îl asociază și cu Neptun și cu păsările de mare care l-au


Afrodita și Eros, Camille Danger

salvat de la moarte. Cupidon ar fi fost mijlocitorul legăturii dintre Neptun și soția sa, Amfitrite... De multe ori, Cupidon este surprins dormind (Michelangelo), simbol al iubirii latente sau al iubirii indolente. Dar de la copilașul plinuț și îmbujorat, care aparent se mișcă greu și are gesturi stângace, maestrul Caravaggio ne trimite către un adolescent bine făcut, cu un zâmbet malițios și provocator. Este vorba despre capodopera geniului clar-obscurului intitulată „Omnia Vincit Amor" (Dragostea învinge întotdeauna, 1602). Cupidon este înaripat și înconjurat de instrumente muzicale, poate pentru că el este și zeul armoniei dintre oameni.

Omnia Vincit Amor, Caravaggio

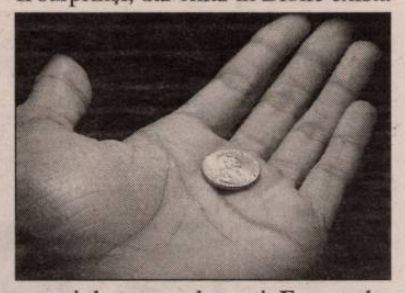
Super-câine

Zeus este cel mai înalt câine din lume, având 111,8 centimetri — precum un măgăruș de talie medie. El mănâncă 12 castroane de mâncare pe zi și trebuie transportat cu o furgonetă și păzit să nu se ridice, pentru a nu se răni. Când iese la plimbare este foarte bucuros, mai ales că nu înțelege ironiile trecătorilor.

Unde este șaua? este întrebarea cea mai frecventă.

ZIGZAG
în timp și spațiu

● ***Hai să dăm cu banul!*** Doar aparent o banalitate, datul cu banul (sau tragere la sorți) este un obicei decizional și o tradiție cât se poate de veche (evident, de când se băteau monede). Poate că unii vor fi surprinși, dar chiar în Biblie există



cazuri de tragere la sorți. Este vorba de alegerea lui Iona pentru a fi alungat de pe corabie (pentru a o salva), din Vechiul Testament, și de alegerea lui Matia în locul lui Iuda (care murise), drept cel de-al doisprezecelea apostol („Faptele apostolilor").

O prejudecată total nejustificată tinde să arunce în derizoriu datul cu banul, însă cercetătorii fenomenului susțin că este una dintre cele mai oneste forme de a tranșa un litigiu, oricât de important ar fi acesta. Șansele sunt fifty-fifty, nu-i așa? La vedere, pare că doar sportul aduce în prim-plan această tradiție. Un exemplu incredibil pentru zilele noastre este faptul că, în anul 1968, campioana europeană la fotbal a fost decisă prin dat cu banul; finala Italia-URSS se terminase 0-0, și după prelungiri. La sorți, a câștigat Italia (ulterior s-au introdus loviturile de la 11 metri). De asemenea, în unele jurisdicții, candidații cu număr egal de voturi se aleg prin aruncatul banului. În Canada (2006) și în Australia (2007), au fost decise astfel firmele de marcare a străzilor și, respectiv, canalul tv care urma să transmită finala de fotbal american. Serioase studii științifice au analizat zborul monedei în aer, după teoriile mecanicii solidului.

● ***Canapea faimoasă.*** Casa din Londra unde a locuit Sigmund Freud ultimul an din viață (1939) a fost transformată în muzeu, după ce și fiica sa Anna (pionieră a terapiei copiilor) a decedat (1982). Faimoasa locuință este cel mai important muzeu Freud, întrucât întemeietorul psihanalizei a putut să-și aducă aici tot mobilierul și colecția sa de antichități, de la Viena. Vedeta acestui lăcaș de cultură este canapeaua pe care pacienții marelui savant stăteau culcați în timpul ședințelor de psihanaliză. Pe ea sunt așezate un covor persan, perne de catifea și un prosop pentru încălțări.

Trebuie menționat că acest obiect de mobilier atât de drag maestrului a fost folosit, practic, de foarte puțini pacienți. Studiile biografice spun că Freud s-a ocupat personal doar de patru cazuri celebre. Dintre acestea se detașează „Omul cu șobolani", singurul succes terapeutic al lui Freud. Pe această canapea istorică, avocatul austriac Ernst Lanzer (29 de ani) își povestea fantasmele legate de imaginea unui recipient cu șobolani aflat la spatele tatălui său... Nevroticul a fost vindecat după unsprezece luni. Dar, pe aceeași canapea (foto) a stat și rusul poreclit „Omul cu lupi", care nu a fost tămăduit până la vârsta de 92 de ani, nici de Freud și nici de urmașii săi (bogătașul din Moscova „vedea" lupi pe crengile unui copac).

Mai există încă două muzee Freud la Viena și la Pribor – azi în Cehia. Ultimul a fost inaugurat de președintele Vaclav Klaus în prezența a patru nepoți ai lui Freud.

● ***Frumusețe longevivă.*** Una dintre cele mai frumoase femei ale secolului XX se numește Zsa Zsa Gabor. S-a născut la Budapesta în 1917 și acum locuiește în SUA cu ultimul ei soț, Frederic von An-

halt (dintr-o familie nobiliară germană), care este cu 31 de anișori mai puțin. Teribila femeie a fost Miss Ungaria în 1936 (detronată ulterior pentru că nu era majoră) și a avut nu mai puțin de opt soți până la von Anhalt. Suflet candriu de ființă fermecătoare și năvalnică, Zsa Zsa a fost măritată cu unul dintre ei (Felipe de Alba) doar 24 de ore (13-14 aprilie 1983)... Acum are un picior amputat și multe alte probleme de sănătate.

Înfiorătorul Lucas

Justiția americană este deseori derutată de cazuri de ucigași în serie care, fie că mărturisesc mai multe crime decât au comis (și apoi retractează), fie că sunt apărați de tot felul de organizații umanitare care le asigură avocați de renume, îi sprijină în mass-media și îi scot nevinovați de multe din faptele din rechizitoriu. Un caz uluitor este cel al lui Henry Lee Lucas (foto, n. 1936), care a mărturisit în 1983 (când, în sfârșit, a fost arestat definitiv) că a comis peste... 600 (șase sute) de omoruri în 26 de state americane. Acesta să fi fost adevărul?

Printre apărătorii acestui ucigaș sîngeros (diagnosticat drept psihopat de la 20 de ani) s-a numărat și fostul guvernator de Texas George W. Bush (remember?), care în 1983 i-a comutat pedeapsa cu moartea la detenție pe viață (singura clemență acordată de Bush). Și astfel, unul dintre cei mai odioși asasini din istoria SUA a murit în închisoare, în 2001, în urma unui atac de cord... Pentru a nu lungi o poveste incredibilă, vom începe prin a aminti că Lucas și-a ucis mama (după o ceartă în bucătărie) și „amanta", o fetiță de 12 ani cu disabilități mentale, nepoata unui complice pe nume Ottis Tool. O altă crimă evidentă a fost cea a băiețelului de 6 ani, Adam Walsh, pe care l-a răpit dintr-un mall, l-a măcuit și l-a aruncat pe un câmp. Tatăl victimei, John Walsh, este celebrul inițiator al emisiunii tv „America's Most Wanted", prin care se caută și se aduc dezvăluiri despre criminali și cu ajutorul publicului.

Culmea este că în favoarea acestui psihopat foarte periculos a intervenit și Amnesty International, după ce Lucas a afirmat că mărturisise faptele în urma unui tratament inuman al anchetatorilor. Ce să mai crezi în astfel de circumstanțe? Procurorii s-au agățat, în ultimă instanță, de uciderea unei femei (care făcea autostopul) în Texas. Dar, ca prin minune, s-au găsit dovezi materiale care-i asigurau un alibi... Dacă ar fi să-l credem pe Lucas, între 1975 și 1983 a comis o crimă pe săptămână. El mai spunea că s-a „relaxat" omorând și în Spania și Japonia. Mai amintim o „ghidușie" a justiției SUA: în 1960, după ce și-a omorât cu sadism mama (pe care a lăsat-o să sângereze până la moarte), a fost condamnat la 40 de ani de închisoare, dar a fost eliberat în 1975, după 15 ani. Oare ce se mai spera de la acest individ, care se fălea că este „Mâna satanei". Nici un astfel de personaj nu s-a călugărit vreodată.

Pagină realizată de
PAUL IOAN

Știați că...

◆ ...în Singapore există legi foarte severe pentru menținerea curățeniei în oraș? Poți ajunge la închisoare dacă scuipi pe jos.

◆ ...soprana Haricleea Darclée a fost supranumită „privighetoarea din Carpați"? A trăit între 1860-1939.

◆ ...primul festival internațional de film a fost organizat la Veneția? Evenimentul a avut loc în 1932.

◆ ...depresiunea Qattara se află în Deșertul Libiei din nord-vestul Egiptului? Are o suprafață de 18.100 km.p.

◆ ...casele grecești și cretane antice erau decorate cu fresce? Acestea puteau fi pur decorative înfățișând păsări, animale, siluete care culeg flori, dar reprezentau uneori și scene mitologice, ceremonii religioase sau de curte.

◆ ...râul din România cu cel mai mare debit de apă este Siretul? Debitul la vărsare este de circa 230 mc/sec.

◆ ...paralela 38 din Asia de Est delimitează Coreea de Nord de cea de Sud? Linia a fost aleasă de negociatorii militari americani la Conferința de la Postdam din iulie 1945 drept graniță armată, și a fost gândită inițial drept o împărțire temporară a țării.

Știați că...

Castelul Highclere

Aflat în ținutul Hampshire, din Marea Britanie, Castelul Highclere se află la circa 8 kilometri de Newbury, Berkshire, și a fost reședința conților de Carnarvon, o ramură anglo-galeză a familiei Herbert.

Construcția a fost ridicată pe fundația palatului medieval al episcopilor de Winchester, palat care a aparținut statului începând din secolul al VIII-lea. Din 1679 castelul a devenit casa familiei Carnarvon.

În 1692, avocatul Robert Sawyer, coleg și prieten cu Samuel Pepys, a lăsat moștenire locuința din Highclere singurei sale fiice, Margaret, prima soție a celui de al optulea conte de Pembroke. Cel de al doilea fiu al acestora, Robert Sawyer Herbert, a moștenit la rândul său proprietatea, a început colecția de tablouri iar nepotul și moștenitorul său, Henry Herbert, a fost numit de regele George al III-lea Baron Porchester și primul conte de Carnarvon.

La sfârșitul secolului al XVIII-lea și începutul celui de al XIX-lea, vechea casă din cărămidă și piatră a familiei a fost transformată într-o locuință elegantă cu accente pastorale. Marile transformări erau însă abia la început.

În 1838, cel de al treilea conte de Carnarvon i-a cerut celui mai vestit arhitect al vremii, Sir Charles Barry, care tocmai terminase lucrările la Palatul Parlamentului, să-i transforme casa într-o reședință care să impresioneze întreaga lume. Nu e de mirare că noua clădire seamănă destul de bine cu Palatul Westminster, fiind nu doar opera aceluiași constructor ci și realizată în aceeași perioadă de mari creații a acestuia. Castelul Highclere este ridicat din cărămidă roșie, înălțat pe trei nivele, cu mai multe turnuri mici și unul mare, pătrat în centru. Era o construcție pe gustul vremii, în special al reginei Victoria, care venise de scurt timp pe tron și adora inovațiile atât în politica țării cât și în viața culturală. Noul Highclere domina împrejurimile într-un mod categoric dar interioarele au fost terminate abia în 1878.

Odată terminat, castelul a devenit un adevărat centru al vieții politice în epoca victoriană. În multe privințe, la începutul secolului XX, Highclere era prototipul încrederii și strălucirii. O serie de documente amintesc petrecerile strălucite la care luau parte politicieni, oameni de știință, inovatori, egiptologi, aviatori și militari.

În timpul Primului Război Mondial, Almina, cea de a cincea contesă de Carnarvon a transformat castelul în spital și, încă din 1914, au început să vină pacienți mai ales din Flandra. A devenit o asistentă pricepută, un paramedic îndemânatic, și sute de scrisori de mulțumire de la foști pacienți și familiile lor evocă munca ei neobosită și imensa generozitate.

După război familia Carnarvon s-a reinstalat în castel și evenimentul cel mai de seamă din viața lor s-a petrecut în 1922, când cel de al cincilea conte împreună cu Howard Carter au descoperit mormântul lui Tutankhamon. Rezultatul a fost un ecou imens în toată lumea. Urmând exemplul tatălui său, după moartea acestuia, cel de al șaselea conte s-a instalat în Highclere, unde a trăit până în 1986.

În Timpul Celui de al Doilea Război Mondial, Castelul a găzduit copiii evacuați din nordul Londrei. Vremea și-a pus însă dureros amprenta asupra vechilor ziduri. Din 2009 se simte nevoia imperioasă de reparații care însă depășesc cu mult veniturile proprietarilor. Dintre toate camerele doar cele de la parter și de la primul etaj mai pot fi folosite. Cel puțin 50 de încăperi au devenit inutilizabile. Apa, în special, a produs pagube mari, fărâmițând tavane și pereți. Cel de al optulea conte Carnarvon continuă să spere că va găsi banii necesari cu toate că suma este uriașă. De aceea a deschis castelul vizitatorilor, sumele primite permițând repararea unor turnuri și a unor interioare. El și ceilalți membri ai familiei locuiesc în cea mai mare parte a anului într-o casă din apropiere dar în lunile de iarnă se stabilesc la castel, când publicul este mai puțin amator de a-l vizita.

Simboluri ale umanității

Nanna

Una dintre cele mai îndrăgite zeițe din panteonul scandinav, Nanna este un simbol al gingășiei și al dragostei conjugale. Este soția zeului Baldr, zeul primăverii și al frumuseții și mama lui Forseti, zeul justiției.

Când Baldr moare, ucis de zeul Loki, prin săgeata bătrânului zeu orb Hodhr și este pus pe rugul din corabia sa, Hringhorni, Nanna se stinge de durere.

Ea moare îmbrățișându-l și amândoi sunt arși pe același rug.

Baldr și Nanna

Mircea cel Bătrân la Tulcea

În centrul municipiului Tulcea a fost amenajată între 1970-1972, Piața Civică, o deschidere largă, elegantă, pavată cu plăci de marmură și înfrumusețată de jocurile de apă ale fântânilor arteziene. Emblema pieții o constituie însă monumentul reprezentându-l pe Mircea cel Bătrân.

Dezvelit la 1 decembrie 1972 (după alte surse în 1973), statuia de bronz a fost realizată de Ion Jalea și ni-l înfățișează pe marele voievod îmbrăcat în armură, călare, în poziție statică, privind spre interiorul țării.

Pagină realizată de IRINA STOICA

Şi-a mobilizat proprii copii pentru ocrotirea păsărilor

Pădurarul Dumitru Aldea, de la Ocolul Silvic din Ploieşti, are în atribuţiuni şi ocrotirea păsărilor prin intermediul cuiburilor artificiale, în număr de 50, instalate pe arbori în cantonul silvic Varniţa.

Pentru întreţinerea şi repararea periodică a cuiburilor artificiale aflate în dotare şi-a mobilizat şi cei doi copii de 8 şi 12 ani. Aceştia fac observaţii periodice asupra cuiburilor, detectează defecţiuni apărute şi intervin în remedierea lor iar vara asigură suficiente resurse de apă pentru vietăţile pădurii. Iarna contribuie alături de tatăl lor la igienizarea cuiburilor artificiale şi remedierea defecţiunilor apărute în timpul verii. Implicarea celor doi copii în întreţinerea corespunzătoare a cuiburilor artificiale preia din atribuţiunile de serviciu ale pădurarului, dar contribuie şi la creşterea procentelor de ocupare de către păsările pădurii, care au ajuns astfel la 70 la sută. *(Dr. VADIM NESTEROV)*

Anticoncepţionale avicole

Ideea nu e nouă şi nici din caleafară de sofisticată, însă surprinde puternic prin insolitul „zonei de aplicare". Se pune aşadar problema cum să faci să scapi de nişte vietăţi care s-au înmulţit nepermis de mult invadând noi teritorii. Cu omorâtul nu prea merge, costă prea mult şi rişti să dai nas în nas cu mutanţi şi mai agresivi: a se vedea virusii, buruienile, insectele dăunătoare, unele rozătoare. Dar la noi, la români, se ştie că ideile nu lipsesc, fie ele şi importate pentru a fi... adaptate la mediu.

Oficialităţile Timişoarei au optat pentru o metodă însă neobişnuită de

a elimina din peisajul urban ciorile. Stoluri negre imense au invadat multe locuri de agrement, în special parcuri, şi-au instalat abuziv (sic!) cuiburile în copaci şi prin dejecţiile omniprezente au transformat în coşmar imaginea publică a oraşului de pe Bega.

Primul asalt dat de aşa-numitul „comandant anticiori", format din pompieri şi alpinişti, biologi, dar şi nelipsiţii funcţionari publici, s-a dat la locuinţele din copacii parcului central ale înaripatelor. Totuşi, cum 30 de mii de ciori nu dispar cu una, cu două, iar zgomotul, murdăria şi mirosul pestinenţial, i-a dus la disperare pe localnici, soluţia a rămas tot aceea „civilizată": anticoncepţionalele pentru păsări. Dar dacă merge, poate se gândeşte cineva să o extindă şi pentru combaterea altor fenomene agresive, insalubre şi repulsive. *(A.N.P.)*

Doici „letale"

O familie dintr-un sat indian, adeptă a unei credinţe conform căreia şerpii cobra aflaţi în preajma bebeluşilor şi a copiilor, îi apără de forţe malefice şi le transmit o parte din forţa şi agilitatea lor, a plasat patru cobre în jurul leagănului unui bebeluş. Imaginile difuzate pe Internet au declanşat proteste violente din partea persoanelor fizice, a autorităţilor şi a asociaţiilor de protecţie a copilului care au considerat că acest anturaj îi poate fi în orice clipă fatal bebeluşului. Din fericire, reptilele nu au atentat la securitatea sa, adoptând o

atitudine blândă, indiferentă.

Părinţii nu s-au îndoit de acest lucru pentru că au convieţuit în această companie, după ce au reuşit să îmblânzească animalele. Este un fel de-a spune pentru că, teoretic, în orice moment puteau deveni victimele lor. Numai că la un moment dat au avut grijă să le scoată dinţii. O practică răspândită printre îmblânzitorii de cobre dar periculoasă pentru ele pentru că nu le garantează supravieţuirea mai mult de câteva luni. Nu întotdeauna indienii care se „joacă" cu cobrele, procedează la extracţie. Şi devin victime, deseori fără şanse de supravieţuire. Rata mortalităţii în urma atacurilor neprevăzute ale cobrelor este în India de aproximativ 50.000. *(D.M.)*

Dracula, tovarăşul lui Frankenstein

Un fel de Bonnie şi Clyde. Cam aşa au „pozat" celebrele personaje horror Dracula şi Frankenstein în contextul unei operaţiuni specifice scenariilor cu gangsteri. De fapt, se-nţelege că nu personajele în sine au performat, ci nişte tineri francezi debili, certaţi cu legea, care au dorit cu tot dinadinsul să arate lumii că pot întoarce lumea cu susu-n jos fără să dea nimănui socoteală. Dar socoteala din târg...

S-a întâmplat în noaptea când mulţi cetăţeni de prin Vestul de-a dreptul sălbatic al Europei, dar şi epigoni răsăriteni petrec noaptea demonică numită sărbătoarea de Halloween. Prilej, de altfel, foarte potrivit pentru unii de a acţiona în ton cu chefliii, comiţând nelegiuiri de tot felul. Băieţii despre care vorbim, destul de inventivi, chiar dacă deloc originali, şi-au pus măşti taman potrivite pentru carnavalul infernal, dar nu s-au bucurat ca la o chermeză de duzină, ci chiar şi-au pus pielea la bătaie, subtilizând încasările unui supermarket din Alsacia. Ei nici măcar nu au aşteptat miezul nopţii, când se zice că apar cele mai rele duhuri ale întunericului, ci şi-au făcut treaba pe la ora 20,00, aproape în văzul lumii. şi, pentru ca distracţia să fie una mai variată, şi-au însuşit şi câteva sticle cu băutură, pe lângă o duzină de telefoane mobile. Astea, aşa, pentru socializare!

Episodul polcierului real s-a derulat în localitatea Rouffach, la scurt timp poliţia anunţând că au fost identificaţi cel puţin doi dintre infractori. Identitatea lor? Simplu: Frankenstein şi Dracula, potrivit măştilor pe care le purtau. Dincolo de glumă însă, oamenii legii au reuşit astfel să pună mâna pe un grup periculos, care opera în zonă, în acelaşi mod, de mai multă vreme. *(A.N.P.)*

Berea, mai importantă decât viaţa

În timp ce locuinţa americanului Walter Serpit începuse să fie bântuită de flăcări, membrii familiei au reuşit să iasă în curte, fără să fie atinşi de foc. Bărbatul, care golise câteva sticle de bere şi

care se afla într-o avansată stare de ebrietate, s-a întors în casă, sfidând înconştient pericolul de a fi înghiţit de foc, nu pentru a salva vreun animal de casă, ci pentru a-şi recupera rezerva de bere!

A reuşit să se strecoare printre flăcări, să pună într-o sacoşă „preţioasa" comoară şi seturi de „amintiri" (fotografii, obiecte vechi etc.). Deşi se sprijinea pe o cârje, a reuşit să-şi ducă nesăbuita misiune la bun sfârşit, alegându-se cu mici arsuri. De îndată ce a ajuns afară, a desfăcut o sticlă pe care a băut-o pe nerăsuflate după care a „atacat" altă sticlă. Pompierii, care au sosit la aproximativ 10 minute după izbucnirea incendiului au reuşit în scurt timp să stingă focul, salvând nu doar casa ci şi o mare parte din bunuri. Nu a fost încă identificată originea incendiului dar se presupune că o ţigară aprinsă a consumatorului aruncată la întâmplare a provocat incendiul. *(D.M.)*

S-a însurat „înălţimea sa" Sultan

Nu vorbim despre vreo nouă telenovelă cu „suleimani" şi cadâne puse pe intrigi de palat, ci despre un fapt pe cât de normal, pe atât de

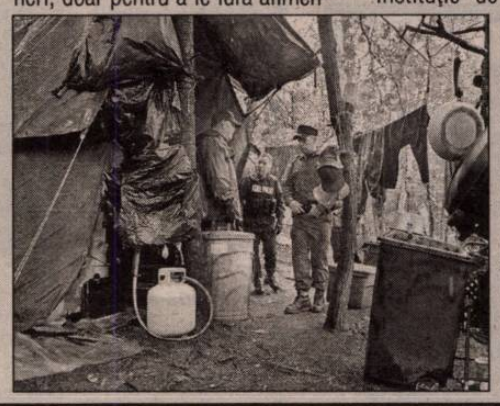
insolit, datorită unui amănunt cu totul aparte. Ne referim la căsătoria bărbatului considerat cel mai înalt din lume (aici însă pretendenţii sunt mai mulţi), turcul Sultan Kösen, care măsoară „numai" 2,51 metri. Aleasa inimii lui, sirianca Merve Dibo, de 31 de ani, are în schimb cam două treimi din „altitudinea" voinicului – 1,75 metri, dar iată că a reuşit să ajungă la înălţimea exigenţelor acestuia, care era chiar temător că statura sa îl va obliga să rămână holtei.

Sultan nu e totuşi pe deplin fericit, deoarece creşterea sa neobişnuită e cauzată de o tumoare ce-i afectează hipofiza. Operat în 2010 în SUA, este nevoit să urmeze un tratament medicamentos care să îi oprească definitiv creşterea, deşi în urmă cu un an s-a afirmat că bărbatul s-a vindecat. *(A.N.P.)*

Sihăstrie cu infracţiuni

Americanul Christopher Knight, acum în vârstă de 47 de ani, a luat decizia bizară, după accidentul de la Cernobîl din 1986, de a se refugia într-o pădure din Statul Maine unde şi-a construit câteva colibe şi a defrişat copaci pentru a cultiva legume. Bineînţeles că a transportat în acest loc nenumărate obiecte utile, dar şi o armă de vânătoare, un pistol şi o arbaletă, pe aceasta utilizând-o frecvent la vânătoare. A trăit aici 27 de ani, „evadând" uneori pentru a-şi procura bunuri, alimente etc.

Numai că acest sihastru era o persoană dubioasă, atât din punct de vedere mintal cât şi comportamental. S-a văzut aceasta după ce a atacat o maşină care trecea prin pădure furând tot ce era de furat din buzunarele pasagerilor, din bagaje şi din rezervorul de benzină şi după ce a dat iama într-un campament în care se aflau câţiva tineri, doar pentru a le fura alimentele. Bineînţeles că făptaşul a fost reclamat, arestat şi condamnat. Dar nu la ani de închisoare ci la prestarea de activităţi în folosul comunităţii, la integrarea într-o instituţie de şcolarizare pentru persoanele cu probleme, nu înainte de a fi supus unui control medical şi unui tratament psihiatric cu spitalizare timp de un an. În urma investigaţiilor s-a constatat că numărul furturilor a fost mult mai mare dar, neînsemnate, cei păgubiţi, nedepunând nicio plângere. *(D.M.)*



O altfel de medicină plastică

O neal Ron Morris, o tânără de 32 de ani din Statele Unite, a apărut în faţa unui tribunal excepţional, fiind acuzată atât de practicarea ilegală a medicinii plastice cât şi de moartea uneia dintre paciente.

Ea şi-a recunoscut vinovăţia la toate capetele de acuzare dar a refuzat categoric să dezvăluie „secretul" substanţei folosite de ea pentru a da volum feselor, obrajilor şi buzelor unor paciente.

Poliţia a făcut cercetări, lipsite însă de orice rezultat. În cele din urmă un fost pacient a fost internat într-un spital cu o infecţie generalizată în urma unei operaţii făcute de aşa-zisa doctoriţă. Cu acest prilej s-a descoperit că ea injecta pacienţilor un amestec de ciment şi clei, oferind clientelor respective dimensiuni generoase în locurile unde i se solicita ajutorul.

Operaţiile ilegale erau efectuate într-un hotel din Florida, unde de altfel şi-a aplicat şi ei înşişi acelaşi tratament, afişând curbe impesionante după cum se vede în fotografiile poliţiei. *(I.S.)*

SANDRA BULLOCK

Este actriţa care şi-a lăsat amprentele mâinilor şi picioarelor în cimentul din faţa celebrului TLC Chinese Theatre din Hollywood, spunând: „...Nimeni nu ajunge aici de unul singur. În această industrie, o persoană are nevoie de alte 300 pentru a realiza ceva, chiar mediocru".

Început de carieră într-un cor

Face parte dintr-o familie ce adora muzica. Mama ei, a fost profesoară de canto şi interpretă de operă. Sandra Bullock şi-a petrecut cea mai mare parte a copilăriei în Arlington (Virginia) fiind cea mai mare dintre cele două fiice ale familiei Bullock dar obişnuia să călătorească împreună cu mama şi sora prin multe oraşe europene. Până la vârsta de 12 ani a locuit în oraşul Furth (Germania) unde a cântat într-un cor. Vorbeşte cursiv limba germană, a studiat baletul şi canto din copilărie. În perioada când a învăţat la Liceul Washington Leedin Arlington a fost aleasă „persoana care îţi luminează ziua când o întâlneşti". Liceul l-a absolvit în 1982 (e născută pe 26 iulie 1964), după care a optat pentru East Carolina University – secţiunea dramă, pe care a părăsit-o înainte de a-şi lua diploma, mutându-se la New York unde începe cariera de actriţă. Îşi continuă studiile de actorie însă, pentru a-şi asigura mijloacele de trai, lucrează timp de trei ani, ca barman-ospătar, perioadă în care

a făcut tot posibilul pentru a-şi împlini visul – acela de a deveni actriţă.

Faimă şi notorietate

Datorită rolurilor interpretate în filmele de succes, precum, *Demolition Man, The Net, Hope Floats* şi altele, actriţa americană Sandra Bullock câştigă faimă şi notorietate, devenind unul dintre cele mai apreciate staruri ale cinematografiei. 1994 devine „anul de aur" pentru tânăra actriţă. Succesul cu *„Speed" (Cursa infernală)* unde are rol de protagonistă, şi apare alături de Keanu Reeves şi Dennis Hopper, o propulsează în rândul celebrităţilor, filmul fiind considerat un succes, obţinând trei nominalizări la Oscar, câştigând două premii (pentru Cel mai bun sunet şi Cel mai bun montaj sonor).

Pentru rolul din acest film, *Sandra Bullock* primeşte două premii la MTV Movie Awards, pentru Cea mai bună interpretare feminină şi Cea mai atrăgătoare actriţă. Anul următor (1995) o găsim alături de Bill Pullman, în comedia romantică *„While You Were Sleeping" (În timp ce tu*

dormeai). Rolul Lucy, care iniţial urma să fie jucat de Demi Moore, îi va permite Sandrei Bullock să obţină candidatura la un Golden Globe, pentru Cea mai bună actriţă într-o comedie sau un musical. Cu certitudine, acest rol, a pus amprenta decisivă pe cariera actriţei. În acelaşi an joacă în thriller-ul *„The Net" (Reţeaua)* şi obţine o nominalizare la MTV

Movie Awards pentru Cea mai dorită femeie. Aceste pelicule i-au adus faimă şi notorietate, de acum cariera ei fiind pe un făgaş sigur.

Urmează filmul *Vremea răzbunării (A Time To Kill, 1996)* o dramă bazată pe romanul scriitorului John Grisham. Are şi câteva eşecuri, dar nu dezarmează. Unul dintre cele mai slabe filme ale sale este considerat, după cum susţin unii critici, partea a doua a filmului *Speed 2,* intitulat *Croaziera infernală (Cruise Control),* regizat de Jan Bont, unde Keanu Reeves, a fost înlocuit de Jason Patric.

Succes fulminant şi premii

După ce în 1998 înfiinţează propria casă de producţie pe care o gestionează sora ei, producătoarea Gesine Bullock-Prado, iar primul film produs a fost drama romantică *Hope Floats (A doua şansă)* i s-a deschis drumul către *Ce vrăji mai fac fetele (Practical magic),* unde o întâlnim alături de Nicole Kidman şi Stockard Channing, peliculă primită bine de critică.

Născută parcă pentru comedie, în 2000 înregistrează un nou succes cu filmul *Miss Congeniality (Miss Agent Secret),* unde interpretează rolul unui agent FBI sub acoperire care trebuie să prevină un atentat la concursul Miss America. Bullock, obţine pentru această partitură nominalizarea la Globul de Aur pentru cea mai bună actriţă.

Talentată, tenace, serioasă, frumoasă, modestă şi foarte naturală, actriţa îşi continuă ascensiunea în carieră şi în 2002 apare în excelentul film regizat de Barbet Schroeder, intitulat *Murder By Numbers (Minţi diabolice)* şi în alte câteva comedii. Urmează o pauză de doi ani, pentru ca în 2004 să o găsim alături de actorii Matt Dillon, Brendan Fraser, Thandie Newton şi alţii în filmul independent *Crash (Poveşti din L.A)* film ce a obţinut şase nominalizări la Oscar şi a primit trei premii (Cel mai bun film, Cel mai bun scenariu şi Cel mai bun montaj).

Filmul *„Vrei să te însori cu mine" (The Proposal, 2009)* îi aduce actriţei premiul *Actriţa anului,* considerat cel mai de succes film din cariera sa din punct de vedere comercial, încasările fiind de peste 317 milioane de dolari, iar pentru rolul din pelicula *The Blind Side (Povestea unui campion, 2009),* este recompensată cu premiul Oscar pentru Cea mai bună actriţă într-un rol principal.

Donaţii, viaţă personală şi suspans

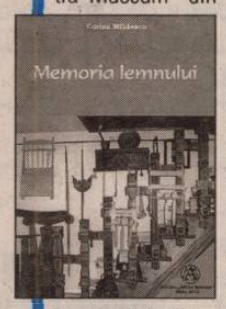
Fire generoasă, după evenimentele de la 11 septembrie 2001, actriţa a fost prima vedetă care a donat 1 milion de dolari Crucii Roşii Americane. Acelaşi gest l-a repetat şi în 2004 după tsunami-ul din Oceanul Indian, în 2010 după cutremurul din Haiti şi 2011 după cutremurul din Japonia. Viaţa personală a actriţei este destul de curată. A fost căsătorită cu Jess G. James de care a divorţat din cauza infidelităţii acestuia. Are un copil adoptat pe care-l creşte singură iar în 2000, a trecut pe lângă... moarte. Ea şi încă un pasager au fost singurii supravieţuitori ai accidentului aviatic produs de un avion privat pe aeroportul Jackson Hole Airport.

O actriţă născută să ne încânte prin rolurile interpretate cu măiestrie, naturaleţe şi simplitate. Un star al cinematografiei mondiale care se respectă şi ştie să refuze partituri convenţionale.

Pagină realizată de
IOANA FLORIA

Nicolae Purcărea,
un tezaur păstrat în suflet

E un privilegiu tot mai rar, acela de a te bucura de cărţi scrise cu sufletul. Şi e o bucurie cu atat mai mare să vezi că mai exista cercetători şi scriitori care, sfidând succesul facil si mereu comercial, îşi petrec ani din viaţă pentru a scoate la suprafaţă, asemenea arheologilor, nu valoroase vestigii trecute, ci talentele neprețuite ale unor oameni cu care, fără să ştim uneori, suntem umili contemporani. Un asemenea cercetător este dr. Corina Mihăescu, etnolog la Centrul Naţional pentru Conservarea şi Promovarea Culturii Tradiţionale, care de curând a publicat la editura „Astra Museum" din Sibiu doua cărţi-eveniment: *Memoria lemnului* şi *Tezaurul de la Cornăţelu.*



În *Memoria lemnului,* dr. Corina Mihăescu aduce la cunoştinţa publicului, uneori prea grăbit să înregistreze nimicurile vieţii, personalitatea cu totul ieşită din comun a celui mai important meşteşugar artist popular, Nicolae Purcărea, la cei 90 de ani, decanul creatorilor populari din România. Pentru Nicolae Purcărea, arta a mers împreună cu suferinţa. Despre momentul în care îl întâlneşte pe Nicolae Purcărea în iarna anului 1995, Corina Mihăescu scrie: „Lumina ce îndrăznea de afară croise în jurul său o aură, aşa cum au sfinţii din icoane... Ştiam că făcuse ani lungi şi grei de închisoare politică, 18 la număr, dar în faţa mea nu se destăinuise niciodată. A făcut-o în discuţia noastră de atunci, când răspunsul la întrebarea mea, ce forţă lăuntrică l-a stăpânit pentru a realiza acele obiecte cioplite în lemn, care îţi taie răsuflarea, a venit atât de neaşteptat: lupta cu moartea!".

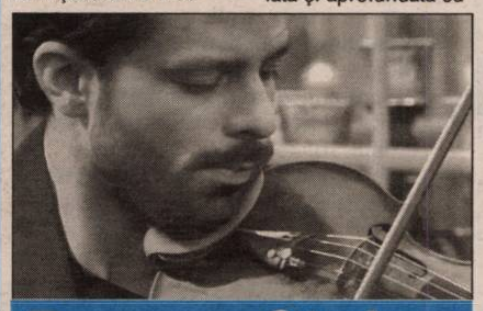
În acel an a fost realizat şi filmul „Memoria eliberată" în care amintirile despre viaţa plină de meandre, de suferinţă şi de creaţie a lui Nicolae Purcărea şi-au spus povestea unică: o lecţie de viaţă şi o lecţie de artă. Un lucru extraodinar este faptul că dr. Corina Mihăescu a înregistrat întâlnirile cu acest creator excepţional de-a lungul a 10 ani (între 2003 si 2013), în casa acestuia de pe strada Pe Tocile nr.15 din Braşov. Publicate parţial în *Memoria lemnului,* vorbele lui Nicolae Purcărea sunt un fel de „chintesenţe de gânduri folositoare", cum spune cu îndreptăţire autoarea cărţii. Iată un exemplu: „Gândesc că închisoarea

nu a fost doar un zid rece, ci şi un loc în care s-au frământat idei, în care oamenii s-au zbătut, în care nu ne-am lepădat nici o clipă de credinţa noastră. Am avut ctitori de suflet: Mircea Vulcănescu, Petre Ţuţea, Arsenie Papacioc, Puiu Cotruş, părintele Stăniloaie, Nichifor Crainic, Noica şi mulţi alţii". Nicolae Purcărea a început să lucreze lemnul în 1943, pe când se afla în închisoarea din Alba Iulia, şi mulţi ani a continuat această artă măiastră aşa cum „lăutarul cântă după ureche, cântă fără să ştie, fără să cunoască notele". Apoi, la îndemnul Elenei Secoşan, a studiat „etnografia şi cioplitura tradiţională, tainele artei". Suferinţa s-a estompat, au venit anii înţelepciunii, şi astăzi Nicolae Purcărea primeşte recunoaşterea pe care o merită.

În 2008 i se conferă titlul de Cetăţean de onoare al oraşului Braşov şi Diploma de merit pentru întreaga activitate închinată artei populare şi patrimoniului cultural. „Distincţiile m-au făcut să simt că am contribuit şi eu cu ceva la istoria ţării mele", spune cu modestie acest om căruia dr. Corina Mihăescu i-a dedicat cu generozitate o carte dăltuită în lemnul de esenţă nobilă a cuvintelor. Sau cum stă scris sub o fotografie a lui Nicolae Purcărea, „aici, înăuntru, e sufletul meu, dincolo, în afară, e sufletul tău...". Despre Tezaurul de la Cornăţelu, într-un număr viitor. *(George Cuşnarencu)*

PORTRET

Răzvan Stoica

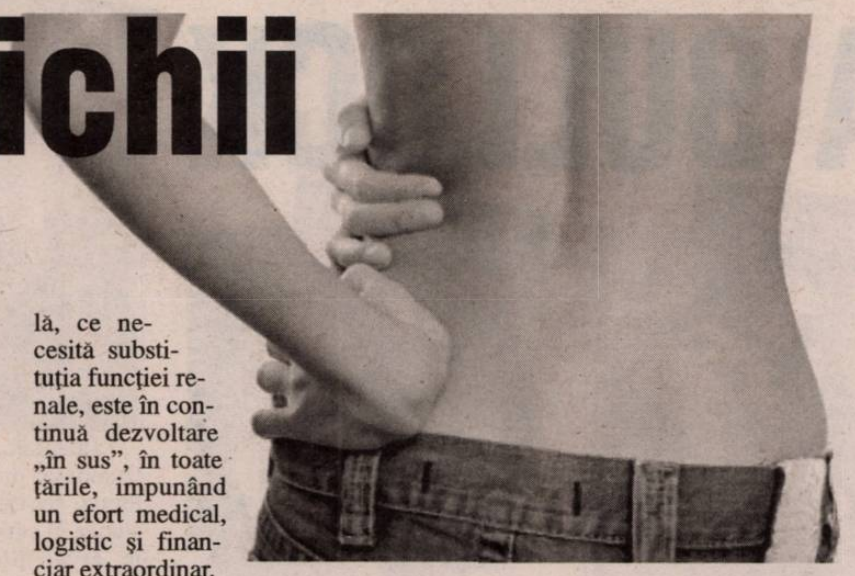


O nouă stea a violonisticii româneşti poate fi numit , cu toată convingerea, tânărul interpret Răzvan Stoica. Împreună cu sora lui, Andreea Stoica, el a cunoscut încă din copilărie, mirajul muzicii. Născut într-o familie de muzicieni, (Bucureşti, 1986), pe când avea doar şase ani a început să studieze vioara apoi şi-a continuat studiile la Liceul de Muzică „George Enescu" cu profesorul Cezar Marin, cel care i-a insuflat dragostea şi respectul pentru acest instrument.

Încurajat şi susţinut şi de profesorul Olivia Papa, *Răzvan Stoica* a început să participe la concursuri şi festivaluri de gen, făcându-se remarcat prin acurateţea interpretării, câştigând premiul întâi la concursul Naţional Olimpic pentru vioară. Pasiunea sa pentru muzică a fost modelată şi aprofundată cu profesorul Iftinchi Stephan Gheorghiu şi Ilya Grubert, reuşind, după multe ore de studiu, să poată participa în 2003 la prima ediţie a festivalului „Lorenzo Perosi" (Tortona), unde a câştigat premiul întâi. Absolvent al Conservatorului regal de Muzică din Amsterdam, *Răzvan Stoica,* încă de la debutul său pe plan european, din 2002, a demonstrat că poate cânta alături de marile orchestre ale lumii, virtuozitatea interpretării sale nefiind trecută cu vederea.

Are în palmares peste 30 de premii naţionale şi internaţionale, iar din 2009 cântă pe o vioară Stradivarius din 1729 pe care a câştigat-o la o competiţie desfăşurată la Salzburg, unde a avut 170 de contracandidaţi. Anul acesta, Răzvan Stoica a participat la concursul „New Talent" de la Bratislava, cea mai importantă competiţie pentru tineri instrumentişti între 18 şi 28 de ani. Ascultând sunetele viorii lui Răzvan Stoica parcă ni se revarsă lumina în suflet.

Inima şi rinichii
un „cuplu" uneori fatal

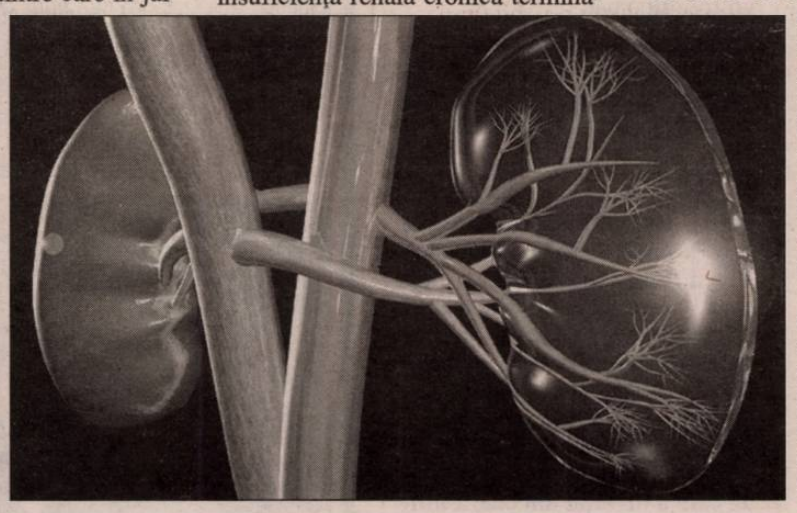


Surprinzător pentru unii, firesc pentru alţii, faptul că niciodată nu se poate vorbi despre o boală „în sine", care există singură, evoluează şi acţionează împotriva organismului nostru fără „ajutorul" altor afecţiuni, mai mult ori mai puţin grave şi sesizabile, constituie o realitate axiomatică. Hipertensiunea arterială este considerată cea mai importantă problemă de sănătate publică din ţările dezvoltate, ce evoluează de multe ori neobservată, deşi este extrem de uşor de depistat şi de controlat. Factorii de risc ai hipertensiunii arteriale care pot fi controlaţi sunt: consumul excesiv de sare, stilul de viaţă sedentar, fumatul, abuzul de alcool, de grăsimi saturate în alimentaţie, obezitatea, stresul.

Din piept, până-n rărunchi

Vorbim acum despre o maladie care constituie un factor de risc pentru accidentul vascular cerebral (AVC), infarctul de miocard, afectarea vaselor sangvine, pierderea vederii şi alte complicaţii ale sănătăţii noastre. Totodată, hipertensiunea arterială reprezintă unul dintre factorii decisivi ce duc la insuficienţă renală cronică, alţi factori majori fiind: diabetul zaharat tip 2, glomerulonefritele, anomaliile reno-urinare, nefropatiile tubulo-interstiţiale.

În întreaga lume, peste 400 milioane de persoane suferă de boală cronică de rinichi, dintre care în jur de 4-6 milioane de pacienţi au insuficienţă renală cronică terminală şi aproximativ 2 milioane de bolnavi sunt trataţi prin diferite metode de suplinire a funcţiei renale sau supravieţuiesc graţie transplantului renal. În Uniunea Europeană sunt aproximativ 900 de bolnavi la 1 milion de persoane, în timp ce în Japonia, de exemplu, raportul se dublează, atingând circa 1800 de bolnavi la un milion de persoane.



Populaţia activă e grav afectată

Orice afecţiune renală care persistă mai mult de 3 luni evoluează în stadiu cronic. Boala renală cronică reprezintă o patologie cu incidenţă şi prevalenţă în permanentă ascensiune în epoca creşterii speranţei de viaţă (deci şi a îmbătrânirii organelor), caracterizată printr-o creştere alarmantă a diabetului zaharat, hipertensiunii arteriale şi ateroscleroze. Numărul de îmbolnăviri prin insuficienţă renală cronică terminală, ce necesită substituţia funcţiei renale, este în continuă dezvoltare „în sus", în toate ţările, impunând un efort medical, logistic şi financiar extraordinar. Impactul social al bolilor de rinichi este cu atât mai mare, cu cât afectează preponderent tineretul şi persoanele de vârstă aptă de muncă, diminuând semnificativ calitatea vieţii lor.

Indicii de suferinţă

Bolile rinichilor, de multe ori, decurg fără simptome sau au simptome nespecifice (de exemplu: slăbiciune generală şi lipsa poftei de mâncare, greaţă şi vomă etc.). Totodată, primele semne ale bolii, care ar trebui să trezească suspiciunea, sunt: creşterea numărului de micţii (episoadele urinării), în special al celor dureroase sau produse în timpul nopţii, micşorarea bruscă sau creşterea semnificativă a volumului zilnic de urină, dureri lombare, edeme generalizate sau periorbitale (umflături în jurul ochilor, acesta fiind cunoscut de obicei drept un indiciu semnificativ de suferinţă renală), creşterea tensiunii arteriale, dezvoltarea anemiei. În momentul în care funcţia renală scade sub un anumit nivel, boala poartă numele de insuficienţă renală cronică.

Insuficienţa renală are efecte devastatoare asupra întregului organism. Poate cauza serioase probleme cardiace, osoase şi cerebrale, scăzând calitatea vieţii pacientului. Odată instalată insuficienţa renală cronică, bolnavul are nevoie fie de hemodializă, fie de un nou rinichi.

Renunţare înseamnă deseori sănătate

În mod frecvent, insuficienţa renală cronică este recunoscută într-un stadiu foarte avansat al evoluţiei bolii renale (deoarece boala renală cronică evoluează deseori fără simptome cât de cât specifice), când tratamentul administrat are eficienţă redusă ori este inutil. Tratamentul maladiilor renale cronice este deseori îndelungat, costisitor, nu este lipsit de efecte adverse foarte serioase şi în multe cazuri doar stopează pentru un timp evoluţia bolii, însă nu o lichidează. În acest context, prevenirea bolilor renale devine o prioritate.

Prevenirea afecţiunilor cronice de rinichi presupune evitarea suprarăcelilor şi infecţiilor intercurente (pneumonii, gripă, angină etc.), evitarea supraefortului fizic şi a intoxicaţiilor cu diferite substanţe chimice şi medicamentoase, renunţarea la deprinderile dăunătoare, în special la fumat şi la consumul excesiv de alcool, respectarea regimului alimentar cu limitarea lichidului şi a sării de bucătărie (persoanele cu edeme sau hipertensive sunt vizate cu prioritate şi necondiţionat). Totodată, un rol important îl are tratamentul adecvat al maladiilor de sistem, metabolice cu potenţial de dezvoltare a afecţiunilor renale (lupus eritematos de sistem, vasculitele sistemice, diabet zaharat, hipertensiune arterială, bolile autoimune).

Atenţie la „sonor"!

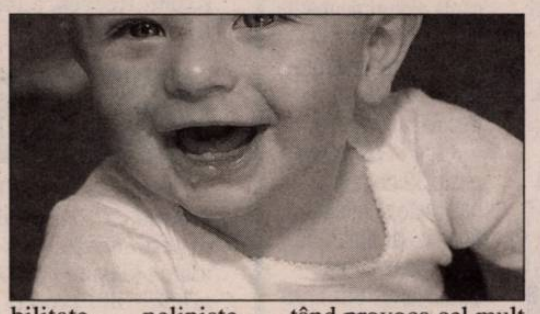
În zilele noastre, zgomotul a devenit un factor nociv pentru organismul uman din ce în ce mai prezent şi deci mai periculos. Cei mai expuşi din punctul de vedere al vârstei sunt copiii şi adolescenţii, iar ca zone social-economice, persoanele din mediul urban au cel mai mult de suferit. Referitor la copii, probabil cei mai mulţi dintre noi se vor grăbi să incrimineze arhicunoscutele căşti audio purtate pretutindeni în spaţiul public şi nu numai, însă există o altă zonă puternic nocivă din perspectiva subiectului abordat aici.

Aţi obsevat — în parc, pe stradă, în preajma unităţilor şcolare — cât de tare vorbesc copiii, fie ei preşcolari ori elevi? Impresia este că ei „discută" strigând, ceea ce nu e deloc departe de adevăr. Zgomotul a devenit de altfel o componentă nedorită a procesului (neoficial) de învăţământ.

În pauzele dintre ore, grădiniţele şi mai ales şcolile şi liceele vuiesc de vacarmul generat de vocile celor mici. Studii realizate în acest sens au demonstrat că asemenea manifestări sonore sunt amplificate prin efectul de rezonanţă.

Media intensităţii, măsurată pe parcursul a 5 ore (cât durează, în general, o zi de cursuri la şcoală) este de 78 decibeli (dB). La un pas de pragul maxim de toleranţă — 80 dB. Nu de puţine ori însă nivelul sonor atinge 100-105 dB, cu consecinţe grave asupra auzului, inevitabile. Din păcate, pe moment copiii nu îşi dau seama de aceste riscuri ce pot genera, după câţiva ani, chiar instalarea gradată a surzeniei. Totuşi, cei atenţionaţi primii, în acest sens, sunt părinţii şi cadrele didactice.

O erupţie... infantilă



Apariţia primilor dinţişori la copii reprezintă o adevărată aventură, pe care părinţii o trăiesc, cum s-ar spune, pe pielea lor. Semnul care indică clar începutul erupţiei dentare este salivaţia abundentă, cămăşuţa copilului fiind adesea udă. Micuţul duce la gură degetele sau orice alt obiect găsit prin preajma sa, ajungându-se adesea la tulburări digestive. Iată de ce trebuie menţinute cu stricteţe regulile de igienă. Simptomele care însoţesc cel mai frecvent erupţia dentară sunt: ● salivaţie abundentă; ● gingivita (inflamaţia mucoasei gingivale): gingiile apar iritate, umflate şi dureroase la atingere; ● iritabilitate, irascibilitate, nelinişte, schimbări comportamentale; ● lipsa poftei de mâncare; ● insomnie, somn agitat, plâns în timpul somnului, mai ales noaptea; ● febra, diareea, vărsăturile nu au fost asociate strict cu erupţia dinţilor şi nu este unanim acceptată de medicii pediatri.

Rareori este asociată şi febra cu erupţia dentară, inflamaţia gingiilor, secundară acestui fenomen, putând provoca cel mult o stare subfebrilă (între 37 şi 38º C). Orice stare febrilă asociată erupţiei dentare trebuie privită independent de aceasta şi trebuie investigată cu atenţie, deoarece are mai mult ca sigur o altă cauză. De pildă, febra asociată erupţiei dinţilor poate fi secundară scăderii uşoare a imunităţii în această perioadă şi astfel uşurând contactarea unei infecţii, cel mai frecvent în sfera ORL.

PE SCURT, DESPRE sănătatea dumneavoastră

Nenumăratele probleme cotidiene care agresează fără încetare organismul uman nu produc doar efecte sesizabile în termenii obişnuiţi (simptome precum durerea, ameţeala, greaţa, arsurile etc.), ci şi oarecum prin ricoşeu. Mai exact, atacând corpul, în general, fac să se nască la rândul lor alte cauze dătătoare de boli. Să fim mai expliciţi! Ne vom referi în continuare la *colonul iritabil*, afecţiune destul de răspândită ce se caracterizează prin modificarea tranzitului intestinal, neavând un substrat organic.

Această maladie apare mai frecvent la femei, iar cauzele pot fi de natură ereditară, alergică, psihoemoţională (viaţă agitată, stres, surmenaj intelectual), medicamentoasă (folosirea de tonicardiace, antiaritmice, antihipotensive, abuz de laxative). Destul de des apare pe un intestin sensibilizat în urma unei infecţii sau în contextul unei alimentaţii neraţionale: exces de sosuri, condimente, lichide prea reci sau fierbinţi, abuz de alcool, fumat.

Principalele manifestări ale colonului iritabil sunt: ● dureri de intensitate variabilă în partea inferioară a abdomenului, ce se fac

Modul de viaţă „atacă" (şi) din interior

simţite dimineaţa sau după mese şi dispar prin eliminarea de gaze ori după ce bolnavul are scaun; interesant este că în perioadele de relaxare (vacanţe) se ameliorează sau lipsesc cu totul; ● constipaţie – scaune la 2-3 zile, cu consistenţă crescută, fragmentate, uneori cu conţinut de mucus cu aspect de spumă albicioasă; ● durerea apare fie singură, fie în alternanţă cu perioada de constipaţie; apare dimineaţa sau după mese ori în condiţii de stres. Celor menţionate mai sus li se adaugă manifestări numeroase şi puternic destabilizatoare: greaţă, pirozis, vărsături, apetit scăzut, depresii şi insomnii, dureri de cap, iritabilitate, palpitaţii şi transpiraţie, senzaţie de căldură, roşeaţa feţei.

În general, medicii spun că boala, deşi foarte supărătoare, nu este şi foarte gravă; de pildă, categoric nu reprezintă manifestarea ca atare a unui cancer. Simptomatologia poate fi combătută printr-un stil de viaţă ordonat, cu mişcări în aer liber, gimnastică, înot, renunţarea la fumat şi la alcoolul în exces, eliminarea stărilor conflictuale şi a tensiunilor psihice. Mesele trebuie servite la ore regulate şi se vor evita sosurile şi prăjelile, condimentele, lichidele reci sau fierbinţi, cafeaua şi ceaiul concentrat, legumele păstăi, varza, ridichile, castraveţii, salata, ţelina, fructele crude în cantităţi mari, nucile. În schimb, nu trebuie să lipsească din alimentaţie tărâţele de grâu (2 linguriţe de 3 ori pe zi, consumate ca atare, luate din pâinea neagră sau graham, adăugate la un compot de prune etc.), spanacul, cartofii, conopida (fierte sau piure), iar în funcţie de toleranţă – lactate, suc de fructe şi legume, siropuri, miere.

Durerile şi spasmele se combat utilizând comprese cu alcool aplicate pe abdomen, sau cu medicamente.

Pagini realizate de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Vine gerul?

De aplicat, de evitat...

Probabil toată lumea ştie că unii specialişti în previziuni meteorologice au prognozat deja o iarnă foarte aspră pentru ţara noastră. Trecând peste fondul problemei tehnice în sine şi admiţând că aşa va fi, e bine să ne gândim şi cum vom face faţă eventualelor perioade de frig excesiv. Aşadar, iată câteva sfaturi pentru protejarea stării de sănătate şi prevenirea situaţiilor de urgenţă în zilele cu temperaturi extrem de scăzute şi căderi abundente de zăpadă!

◆ Evitarea deplasării în spaţii deschise şi a expunerii la frig. În cazul în care este necesară deplasarea în spaţii deschise, atunci se recomandă folosirea de mijloace de protecţie adecvate (căciuli, mănuşi etc).

◆ Consumul unor alimente bogate în proteine şi în grăsimi nesaturate, fructe, legume.

◆ Evitarea consumului de băuturi alcoolice.

◆ Acordarea unei atenţii speciale copiilor, evitarea situaţiilor în care aceştia sunt lăsaţi să aştepte în interiorul autovehiculelor parcate, evitarea transporturilor pe distanţe lungi în vehicule fără posibilităţi de climatizare şi neechipate corespunzător.

◆ Persoanele vârstnice, în special cele cu afecţiuni cardiace şi respiratorii, vor evita deplasările şi frecventarea locurilor aglomerate care creează premisele decompensării acestora, în condiţii de temperaturi scăzute.

◆ Încălzirea corespunzătoare a locuinţelor şi spaţiilor închise de locuit şi evitarea utilizării a instalaţiilor improvizate care pot duce la intoxicaţii cu monoxid de carbon.

◆ Expunerea prelungită a extremităţilor la temperaturi scăzute poate duce la producerea degerăturilor; în asemenea cazuri este de evitat automedicaţia şi se recomandă consultarea imediat a unui medic.

Temperaturile scăzute acutizează infecţiile urinare

În sezonul rece, despre care trebuie să vorbim vrând-nevrând (dar şi să acţionăm în consecinţă), dacă dorim să avem o perioadă confortabilă pentru sănătate, majoritatea afecţiunilor se acutizează, din cauza schimbărilor de temperatură, dintre acestea locul al doilea ca frecvenţă în topul infecţiilor din organism ocupându-l infecţiile urinare, cele mai vulnerabile şi mai frecvent atinse de această boală fiind femeile.

Statisticile indică faptul îngrijorător că una din cinci femei riscă să dezvolte această boală în cursul vieţii, pe când la bărbaţi se înregistrează o frecvenţă mai mică, dar o intensitate mai mare a impactului.

Infecţia urinară este o afecţiune provocată de diferiţi agenţi patogeni precum bacterii, fungi şi paraziţi. În funcţie de localizarea la nivelul aparatului urinar, se poate vorbi despre: infecţie uretrală, infecţie a vezicii urinare şi infecţie a rinichilor sau pielonefrită. Simptomele variază în funcţie de vârstă, sex şi de localizarea infecţiei la diferitele nivele ale tractului urinar. Printre acestea se numără: nevoia de a urina frecvent, durere în timpul micţiunii, senzaţia de arsură, usturime, culoarea diferită a urinei, dureri în zona inferioară a abdomenului, dureri în regiunea lombară, mai ales când infecţiile interesează direct rinichii (unilateral sau bilateral).

Pentru a evita cronicizarea infecţiilor urinare prin ascensiunea lor până la rinichi, un prim tratament recomandat este cel igieno-dietetic, bazat pe consumul de lichide suficiente pentru a crea o diureză corespunzătoare spălării căilor urinare (apă simplă, ceaiuri de cozi de cireşe, mătase de porumb). De reţinut însă un lucru de mare importanţă în perioada pe care o parcurgem: principala cauză a infecţiilor urinare este expunerea excesivă la frig.

Picante şi nu prea...

De multe ori, atunci când din diverse motive ajungem faţă-n faţă cu medicul, printre restricţiile primite în ceea ce priveşte alimentaţia se numără, inevitabil, condimentele. E bine de ştiut totuşi că, dacă le consumăm raţional şi în condiţii normale, acestea ajută la detoxifierea organismului şi ţin departe o vastă gamă de boli. De asemenea, cercetătorii şi nutriţioniştii spun că gustul picant stimulează metabolismul şi te ajută să slăbeşti. De pildă...

Piperul tratează cu succes diareea, dar şi constipaţia, deoarece are calitatea de a regla digestia, diminuează durerile de urechi, previne bolile de inimă, plămâni şi ficat, alungă insomnia, calmează durerile de dinţi şi menţine ochii sănătoşi, deseori fiind folosit în diverse leacuri populare. Nu se recomandă însă persoanelor care suferă de tulburări inflamatorii ale aparatului digestiv.

Ardeii iuţi sunt bogaţi în vitaminele C, A, B şi B6 precum şi în potasiu, magneziu şi fier. Capsaicina, substanţa care le dă gustul iute, înţepător, stimulează activitatea cerebrală şi producţia de endorfină — „hormonul fericirii". Ardeiul iute arde caloriile, pune la treabă metabolismul leneş, previne ulcerul şi are efect antiinflamator, fiind, aşadar, un calmant natural.

O altfel de detoxifiere

Dacă vă plasaţi în această categorie, aveţi la îndemână o altă „baterie" de remedii. Cel mai puternic detoxifiant, ieftin şi la îndemâna tuturor, este ***apa.*** Nu numai că potoleşte setea, dar are şi rol de „detergent" pentru organism; de aceea, nutriţioniştii recomandă consumul a 2 litri de apă pe zi.

Castraveţii conţin 95% apă, o apă specială, pentru că e plină de vitamine şi săruri minerale. Consumaţi regulat, ei spală rinichii de sărurile depuse, prevenind în acest fel formarea calculilor. Consumul a măcar 0,5 kg de castraveţi pe zi menţine sănătatea şi stimulează activitatea rinichilor, ajutând la eliminarea apei din corp.

Pătrunjelul verde, consumat constant, curăţă organismul de toxine, de efectele nocive ale viciilor, precum alcoolul şi fumatul, şi de nisipul de la rinichi. Cine doreşte să-şi cureţe rinichii repede şi, implicit, întregul organism, având încredere în pătrunjel şi în forţele lui tămăduitoare, are la dispoziţie indicaţiile de mai jos. Se ia un mănunchi mare de pătrunjel verde, se spală bine, se usucă într-un prosop de bucătărie, se taie ca pentru ciorbă şi se pune la fiert în 2 litri de apă plată sau de izvor. Amestecul se fierbe zece minute după ce apa începe să clocotească. Se lasă la răcit, se filtrează şi se păstrează în frigider, într-o sticlă curată. Se bea zilnic câte un pahar din acest ceai şi se va vedea cum sarea şi toate toxinele acumulate se elimină prin urină, pătrunjelul fiind recunoscut drept cel mai bun tratament pentru rinichi.

Remedii naturale

Sănătate la... pahar

Gust delicios, sănătate curată la... pahar, absenţa totală a reacţiilor secundare nedorite – iată principalele atuuri ale sucurilor naturale obţinute din fructe şi legume proaspete, deci lipsite de aditivii alimentari pe care îi găsim din abundenţă, chiar şi în unele produse de acest gen prezentate ca fiind curate-lacrimă.

Vă prezentăm câteva asemenea licori uşor de preparat, care nu doar că ne potolesc setea, ne întăresc organismul şi ne reconfortează, ci în mod frecvent participă intens la tratarea şi la vindecarea celor mai diverse maladii; printre aceste afecţiuni tratabile astfel întâlnim chiar şi temutul cancer!

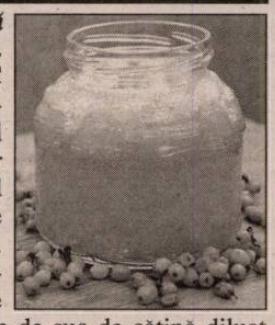
■ ***Sucul de sfeclă roşie ajută împotriva anemiei.*** Mineralele valoroase (magneziu, cupru) stimulează apetitul, intensifică fluxul bilei şi protejează împotriva radicalilor liberi. Cantitatea recomandată pentru consumul curent: 1 pahar mic pe zi.

■ ***Sucul de portocale previne ateroscleroza.*** După mesele copioase, un pahar de suc de portocale proaspăt stoarse împiedică formarea radicalilor liberi care distrug vasele de sânge şi favorizează atacul de cord. Cantitatea recomandată pentru consumul curent: 1 pahar mare de suc proaspăt stors, după fiecare masă.

■ ***Oţetul de mere ajută la detoxifierea organismului.*** Conţine minerale (magneziu, potasiu, calciu), stimulând metabolismul celor care au probleme cu greutatea. Detoxifiază organismul şi ajută activitatea intestinelor. Cantitatea recomandată pentru consumul curent: 1 lingură de oţet de mere în fiecare zi, într-un pahar mare de apă.

■ ***Sucul de roşii protejează împotriva radiaţiilor solare.*** Licopenul, fitonutrientul care dă roşiilor culoarea, reduce efectul nociv al razelor ultraviolete penetrante. Cantitatea recomandată pentru consumul curent: 3 pahare mici pe zi, vara chiar patru.

■ ***Sucul de cătină întăreşte nervii.*** Conţine vitamina C (aceasta fortifică sistemul imunitar), acid folic, magneziu, fier şi mangan, blocând efectele nocive ale hormonilor de stres. Cantitatea recomandată: de două ori pe zi, câte două linguriţe de suc de cătină diluat într-un pahar mic cu apă.



■ ***Băutură din grâu fermentat – bună pentru piele.*** Este plină de minerale, fibre, vitamine şi enzime. Întăreşte intestinele, ajută sistemul imunitar, îmbunătăţeşte rezultatele testelor de sânge şi este bună pentru piele. Conţine doar 5 calorii pe litru. Cantitatea sănătoasă: 1-3 pahare mici pe zi.

■ ***Apa de ghimbir – bună împotriva simptomelor de greaţă.*** Conţine betacaroten, calciu, fier, zinc şi uleiuri preţioase pentru sănătatea organismului. Stimulează circulaţia sângelui, ajută la ameliorarea durerilor, diminuează efectul de greaţă, ajută împotriva indigestiei. Cantitatea recomandată pentru consumul curent: 1 pahar mare pe zi.

■ ***Sucul de rodie stimulează fluxul de sânge.*** Conţinutul ridicat de polifenoli din rodie stimulează circulaţia sângelui în vasele fine, cum ar fi cele ale inimii. Cantitatea recomandată pentru consumul curent: un pahar mare pe zi.

■ ***Ceaiul verde protejează împotriva cancerului.*** Conţine polifenoli, care stimulează regenerarea celulelor şi a ţesuturilor. Ajută împotriva cariilor dentare. Cantitatea recomandată pentru consumul curent: 3-6 căni pe zi.

La toate acestea (evident, mai există multe alte asemenea preparate ce pot fi recomandate pentru menţinerea şi obţinerea sănătăţii), vom adăuga licoarea regală – şi o numim astfel fără nicio reţinere, care este apa; mai exact, apa curată, netratată şi nepoluată.

Apa întăreşte inima, ajută la eliminarea problemelor renale şi urinare; e foarte utilă în ceea ce priveşte indigestia, aciditatea, întăreşte inima, ajută circulaţia sanguină şi memoria, precum şi – vital pentru oricine – refacerea celulelor şi schimburile de substanţe nutritive. Cantitatea recomandată: 1 pahar de apă pe oră, aproximativ 1,5 – 2 litri pe tot parcursul zilei.

LUNI – 18 noiembrie

TVR 1

6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 Ora regelui (r) 11.30 Profesioniștii (r) 12.30 În grădina Danei (r) 13.00 Germana... la 1 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 16.50 Vreau să fiu sănătos! 17.25 Serial: „Legendele palatului: Regele Geunchogo" 18.50 Întrebări și răspunderi 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Distractis — Distilat de comedie 22.10 Gala Premiilor APTR 0.00 Nocturne 1.00-4.50 Reluări.

PRO TV

7.00 Știrile ProTv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" 11.00 Apropo tv (r) 12.00 România, te iubesc! (r) 13.00 Știrile ProTv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Cutremur sub ghețuri" (Canada, 2010). Cu: Brendan Fehr, Holly Elissa 17.00 Știrile ProTv 17.30 Știrile Pro Tv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 MasterChef 22.30 Știrile Pro Tv 23.05 Serial: „Homeland: Rețeaua terorii" 0.00-5.30 Reluări.

ANTENA 1

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Top Chef 22.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Top Chef (r) 4.00 Acces direct (r).

PRIMA TV

7.00 Vacanță și terapie 8.00 Regina cumpărăturilor (r) 9.00 Teleshopping 9.30 Și eu m-am născut în România (r) 10.30 Cunoaște, Visează, Iubește! (r) 11.30 Teleshopping 12.00 Viitorul, Azi 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Kiss Cinema (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe față! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Iubiri secrete 20.30 Mi-s de la țară 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe față! (r) 0.30 Serial: „Totul despre sex" 1.30 Serial: „Dragul de Raymond" 3.00-6.00 Reluări.

ACASĂ

6.45-10.45 Reluări 11.45 Teleshopping 12.00 Serial (r) 13.30 Serial: „Viață de împrumut" (r) 14.30 Doctorul casei (r) 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut". Cu: David Zepeda 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial: „Furtuna din adâncuri" 22.30 Povești de noapte 23.00 Cancan.ro 23.30 Casa Ibacka 0.00-6.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.40 Serial: „Legendele palatului: Copacul cu rădăcini adânci" (ep.1,2) 9.00 Doc.: „Sarea incasilor" (r) 10.10 În curtea bunicilor (r) 12.00 Lumea azi (r) 12.30 Lumea și noi (r) 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Academicienii (r) 16.00 Serial: „Capri" 17.00 Videoterapia 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „Columbia, parcul de distracții fermecat" 20.10 Teatru: „Actorul" prezintă Radu Beligan 21.30 M MAGAZIN 22.00 Ora de știri 23.10 Film: „Trezirea la realitate" (SUA, 2010). Cu: Nicole Kidman, Aaron Eckhart 0.55-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

9.00-11.00 Reluări 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.30 Film: „Răscoala" (România, 1965) 16.45 Serial: „Eastwick" (ep.1) 17.45 Serial: „Memphis Beat — Lege și rock and roll" 18.50 Serial: „Ruleta destinului" 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „Londra, mon amour" (Franța, 2008). Cu: Vincent Lindon 0.00 Serial: „Jurnalele vampirilor" 1.00 Serial: „Sub acoperire" 1.45 Serial: „Cobra 11 în alertă" 2.30 Film: „Logodnicii din America" (România, 2007) 3.45 Serial: „Necunoscuții" 6.00 Cine A.M.

MARȚI – 19 noiembrie

TVR 1

6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 Distractis — Distilat de comedie (r) 11.30 Doc.: „Minunile naturale ale Europei" 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 EURO polis 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 16.50 Beneficiar România (r) 17.25 Serial: „Legendele palatului: Regele Geunchogo" 18.50 Interes general 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Între bine și rău 22.30 Biziday 23.30 Film: „Iris" (coprod., 2001). Cu: Judi Dench, Kate Winslet, Jim Broadbent 1.05-4.50 Reluări.

PRO TV

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Serial: „Merlin" 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 MasterChef (r) 17.00 Știrile Pro Tv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „Azi 13, mâine 30" (SUA, 2004). Cu: Jennifer Garner, Mark Ruffalo, Judy Greer 22.30 Știrile ProTv 23.05 Serial: „Homeland: Rețeaua terorii" 0.00-5.30 Reluări.

ANTENA 1

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Studio sportiv 21.00 Fotbal: România vs Grecia 23.00 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Film: „Creaturi fioroase" (SUA, 1997). Cu: Jamie Lee Curtis, John Cleese, Kevin Kline 3.30-4.00 Reluări.

PRIMA TV

7.00 Vacanță și terapie 8.00-10.30 Reluări 11.30 Teleshopping 12.00 În viteză! 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe față! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Iubiri secrete 20.30 Copiii spun lucruri trăsnite 21.45 Mondenii 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe față! 0.30 Serial: „Totul despre sex" 1.30 Serial: „Dragul de Raymond" 3.00-6.00 Reluări.

ACASĂ

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 9.00 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial: „Maricruz" (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Viață de împrumut" (r) 13.30 Serial: „Îngeri pierduți" (r) 14.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial „Furtuna din adâncuri" 22.30 Povești de noapte (r) 23.00 Cancan.ro 23.30 Dincolo de povești 0.00-6.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.40 Serial: „Legendele palatului: Copacul cu rădăcini adânci" 9.00-11.10 Reluări 12.30 Doc.: „Aerul Munților" 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Memorialul Durerii (r) 16.00 Serial: „Capri" 17.00 Videoterapia 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „Kenya, satul femeilor" 20.00 Destine ca-n filme 21.00 Festivalul Internațional de Circ de la Monte-Carlo 21.30 M MAGAZIN 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „În umbra legii" 23.50 Serial: „Trei regate" 0.45-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

7.00-11.00 Reluări 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.45 Serial: „Eastwick" 15.45 Serial: „Memphis Beat — Lege și rock and roll" 16.45-17.45 Reluări 18.50 Serial: „Te provoc să mă iubești!" (ep.1, 2) 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „Pumnul de fier" (SUA, 1987). Cu: Sylvester Stallone 0.00 Serial: „Jurnalele vampirilor" 1.00 Serial: „Sub acoperire" 1.45 Serial: „Cobra 11 în alertă" 2.30 Film: „Binecuvântată fii, închisoare!" (România, 2002) 4.00 Serial: „Necunoscuții" 4.45 Lumea Pro Cinema 5.15 Cine A.M.

MIERCURI – 20 noiembrie

TVR 1

6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 Între bine și rău (r) 12.00 Beneficiar România (r) 12.30 Vreau să fiu sănătos! (r) 13.00 Opre Roma 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Convingeri 16.50 Europa mea 17.25 Serial: „Legendele palatului: Regele Geunchogo" 18.50 La vârf 20.00 Telejurnal 21.00 Dosar România 22.00 Dispăruți fără urmă 22.30 Biziday 23.30 Doc.: „Asasinarea lui John F. Kennedy: Teoriile conspirației" (SUA, 2008) 1.05-4.50 Reluări.

PRO TV

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Nu capitulez" (Canada, 2011) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Vremea dreptății" (SUA, 2007). Cu: Alexandra Paul, Michael Woods 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Serviciul Român de Comedie 21.30 Serial: „Tanti Florica" 22.30 Știrile Pro Tv 23.05 Serial: „Homeland: Rețeaua terorii" 0.00-5.30 Reluări.

ANTENA 1

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator special 20.30 Te cunosc de undeva! (r) 23.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Film: „Afaceri necurate" (SUA, 2009). Cu: Erica Carroll, Luke Goss 3.30-4.00 Reluări.

PRIMA TV

7.00 Vacanță și terapie 8.00-10.30 Reluări 11.30 Teleshopping 12.00 În formă 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe față! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Iubiri secrete 20.30 Cronica Cârcotașilor 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe față! 0.30 Serial: „Totul despre sex" 1.30 Serial: „Dragul de Raymond" 3.00-6.00 Reluări.

ACASĂ

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 8.45 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Viață de împrumut" (r) 13.30 Serial (r) 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial: „Furtuna din adâncuri" 22.30 Povești de noapte (r) 23.00 Cancan.ro 23.30 Serial: „Friendzone" 0.00-6.00 Reluări.

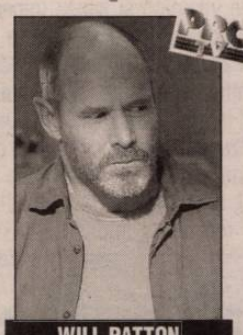
TVR 2

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.40 Serial: „Legendele palatului: Copacul cu rădăcini adânci" 9.00 Doc.: „Kenya, satul femeilor" 10.00 Serial: „Capri" (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Drumul succesului (r) 12.30 Doc.: „Climă, intemperii, catastrofe" 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 D'ale lu' Mitică (r) 16.00 Serial: „Capri" 17.00 Videoterapia 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „A trăi dincolo de Cercul Arctic" 20.10 8 într-o barcă 21.30 M MAGAZIN 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „În umbra legii" 23.50 Serial: „Trei regate" 0.45-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

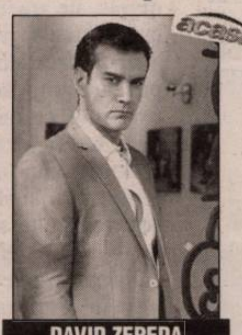
7.00-11.00 Reluări 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.45 Serial: „Eastwick" 15.45 Serial: „Memphis Beat — Lege și rock and roll" (ultimul ep.) 16.45-17.45 Reluări 18.50 Serial: „Te provoc să mă iubești!" 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „Antrenorul Carter" (coprod., 2005) 0.45 Serial: „Jurnalele vampirilor" 1.45 Serial: „Sub acoperire" 2.30 Serial: „Cobra 11 în alertă" (ultimul ep.) 3.15 Film: „Schimb valutar" (România, 2008) 4.45 Serial: „Necunoscuții" 5.30 Cine A.M.

JUDI DENCH
— marți, 23.30 —



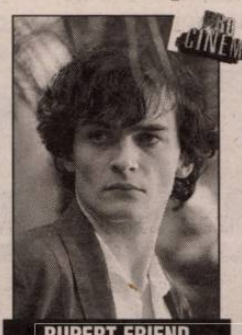
WILL PATTON
— vineri, 1.00 —

JAMIE LEE CURTIS
— marți, 2.00 —



DAVID ZEPEDA
— luni-duminică, 19.30 —

BRITTANY MURPHY
— sâmbătă, 20.30 —



RUPERT FRIEND
— joi, 22.00 —

NICOLE KIDMAN
— luni, 23.10 —

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 21 noiembrie

TVR 1

6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 Dosar România (r) 11.30 Dispăruți fără urmă (r) 12.00 Europa mea (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 De joi până joi 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Akzente 16.50 Lozul cel mare 17.45 Dispăruți fără urmă (r) 18.10 Doc.: „Din țara de Foc la Tijuana" 18.50 Ora de business 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Festivalul Național de Folclor „Ion Macrea" 0.00 Legenda vișinie 0.35-4.50 Reluări.

PRO TV

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Vremea dreptății" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Rapită în plină zi" (SUA, 2009). Cu: Sara Canning, James Van Der Beek 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Serial: „Las Fierbinți" 22.00 Știrile ProTv 23.05 Serial: „Homeland: Rețeaua terorii" 0.00-5.30 Reluări.

ANTENA 1

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Next Star cu Dan Negru 23.00 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator special (r) 2.00 Serial: „Nikita" 3.30 Observator special (r) 4.00 Acces direct (r).

PRIMA TV

7.00 Vacanță și terapie 8.00 Regina cumpărăturilor (r) 9.00 Teleshopping 9.30 Trăsniții (r) 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Teleshopping 12.00 Povești din jurul lumii 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe față! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Film: „Poliția în direct" (coprod., 2002) 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe față! 0.30 Serial: „Totul despre sex" 1.30 Serial: „Dragul de Raymond" 3.00-5.00 Reluări.

ACASĂ

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 8.45 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial: „Maricruz" (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial (r) 13.30 Serial: „Îngeri pierduți" (r) 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial „Furtuna din adâncuri" 22.30 Povești de noapte (r) 23.00 Cancan.ro 23.30 Serial: „Friendzone" 0.00-6.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.40 Serial: „Legendele palatului: Copacul cu rădăcini adânci" 9.00 Doc.: „A trăi dincolo de Cercul Arctic" 10.00 Serial: „Capri" (r) 11.10 8 într-o barcă (r) 12.30 Doc.: „Climă, intemperii, catastrofe" (r) 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Ferma (r) 16.00 Serial: „Capri" 17.00 Videoterapia 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „Uleiul de argan — aurul alb al Marocului" 20.10 În țara minunilor 21.30 M MAGAZIN 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „În umbra legii" 23.50 Zon@ IT 0.25 Serial: „Trei regate" 1.20-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

6.30-11.00 Reluări 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.30 Film: „Baltagul" (coprod., 1969) 16.45 Serial: „Eastwick" 17.45 Serial: „MASH" (r) 18.50 Serial: „Te provoc să mă iubești!" 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „Curtezana" (coprod., 2009). Cu: Michelle Pfeiffer, Rupert Friend 0.00 Serial: „Jurnalele vampirilor" 0.45 Serial: „Sub acoperire" 1.30 Serial: „Cu sânge rece" 3.00 Serial: „Necunoscuții" 4.30 Film: „O frăție bună de tot" (SUA, 2006). Cu: Paris Hilton, Paula Garces 6.00 Cine A.M.

VINERI – 22 noiembrie

TVR 1

6.00 Telejurnal 9.45 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 37°C (r) 12.00 România deșteaptă 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Legenda vișinie (r) 13.30 M.A.I. aproape de tine 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Oameni ca noi 16.00 Parlamentul României 16.50 Finanțe și afaceri 17.25 Serial: „Legendele Palatului: Regele Geunchogo" 18.50 Calea europeană 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Totul despre Eva" (SUA, 1950). Cu: Bette Davis, George Sanders 23.30 Film: „Nopți însângerate" (coprod., 2010). Cu: Kodi Smit-McPhee, Chloë Grace Moretz 1.30 Film: „Mecanicul Generalei" (SUA, 1927) 2.45-4.50 Reluări.

PRO TV

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Răpită în plină zi" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Totul pentru fetele mele" (SUA, 2007). Cu: Gabrielle Union, Idris Elba 17.00 Știrile Pro Tv 17.30 Happy Hour 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Dansez pentru tine 1.00 Film: „Al patrulea gen" (coprod., 2009). Cu: Milla Jovovich, Will Patton 3.00-5.30 Reluări.

ANTENA 1

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator special 20.30 Icomedy cu Mihai Bendeac 22.30 X Factor (r) 1.00 Film: „Ceremonia" (SUA, 2010). Cu: Uma Thurman, Reece Thompson 2.45 Observator special (r) 3.30 Observator special (r) 4.00 Acces direct (r).

PRIMA TV

7.00 Vacanță și terapie 8.00-10.30 Reluări 11.30 Teleshopping 12.00 Sport, dietă și o vedetă (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 14.00 Vacanță și terapie 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe față! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Film: „Va curge sânge" (coprod., 2007). Cu: Daniel Day-Lewis, Kevin J. O'Connor 22.30 Killer Karaoke 23.30 Fii pe față! 0.30 Serial: „Totul despre sex" 1.30 Serial: „Dragul de Raymond" 4.00 Film (r).

ACASĂ

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 8.45 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial: „Maricruz" (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Viață de împrumut" (r) 13.30 Serial: „Îngeri pierduți" (r) 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 20.30 Serial: „Furtuna din adâncuri" 21.30 Serial: „Furtuna din adâncuri" 22.30 Serial: „Îți ordon să mă iubești!" 0.00-6.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.40 Serial: „Legendele palatului: Copacul cu rădăcini adânci" 9.00 Doc.: „Uleiul de argan — aurul alb al Marocului" 10.00 Serial: „Capri" (r) 11.10 În țara minunilor (r) 12.30 Doc.: „Climă, intemperii, catastrofe" (r) 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Rezistența prin cultură (r) 16.00 Serial: „Capri" 17.00 România frumoasă 18.00 Telejurnal 19.10 Doc.: „Taipei 101 — Aproape de cerul Taiwan-ului" 20.10 Film: „Ziua absolvirii" (SUA, 2007). Cu: Chris Lowell 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „În umbra legii" 23.50 Motomagia (r) 0.25 Serial: „Trei regate" 1.20-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

7.30-10.30 Reluări 11.00 Serial: „Eastwick" 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.30-16.00 Reluări 17.00 Film: „Toate pânzele sus I: Secretul epavei" (România, 1976) 19.00 Serial: „Bill Engvall Show" 20.00 Serial: „Necunoscuții" 22.00 Film: „Miss Litoral" (România, 1990). Cu: Matei Alexandru, Jean Constantin 0.15 Serial: „Jurnalele vampirilor" 1.15 Serial: „Sub acoperire" 2.00 Serial: „Cu sânge rece" 4.30 Serial: „Necunoscuții" 6.00 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ – 23 noiembrie

TVR 1

6.10 Exclusiv în România (r) 6.55 Zestrea românilor 7.30 Dosar România (r) 8.30 Clubul desenelor animate 9.00 Serial: „Viața dublă a lui Eddie McDowd" (r) 10.00 Beneficiar România 10.35 Garantat 100% (r) 11.30 Parteneri de week-end 12.00 Tezaur folcloric (r) 13.00 Ora regelui 14.00 Telejurnal 14.35 37°C 16.00 Fotbal: CSU Craiova — Universitatea Craiova 18.00 Exclusiv în România 18.50 Teleenciclopedia 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Film: „Trădător" (SUA, 2008). Cu: Don Cheadle, Guy Pearce 0.45 Profesioniștii 2.05-4.35 Reluări.

PRO TV

7.00 Știrile Pro Tv 10.00 Ce se întâmplă, doctore? 10.30 I like IT 11.00 Film: „Totul pentru fetele mele" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 13.30 Serial: „Căutătorii de mistere" 14.30 Dansez pentru tine (r) 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Vocea României 23.30 Film: „Lanțul crimelor" (SUA, 2011). Cu: Ray Liotta, Christian Slater 1.30 Serial: „Căutătorii de mistere" (r) 2.30 Serviciul Român de Comedie (r) 3.30 Film: „Lanțul crimelor" (r) 5.30 Ce se întâmplă, doctore? (r) 6.30 I like IT (r).

ANTENA 1

6.00 Observator 9.00 Film: „Păcală se întoarce" (România, 2006). Cu: Denis Ștefan, Anemona Niculescu 12.00 Serial: „Mr. Bean" 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Mireasă pentru fiul meu 19.00 Observator 19.45 FamiliaDa 20.30 Film: „Foc încrucișat" (SUA, 2001). Cu: DMX, Steven Seagal 22.30 Film: „Căutătorii de comori" (SUA, 2012) 0.30 Serial: „Străini printre noi" 2.30-4.00 Reluări 5.30 Serial: „Întâmplări hazlii".

PRIMA TV

7.00 Cu lumea-n cap (r) 7.30 Teleshopping 8.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 9.00 Flavours, 3 bucătari 9.30 Secrete de Stil 10.30 Sport, dietă și o vedetă 11.00 Kiss Cinema 11.30-12.30 Reluări 14.30 Eurobox 15.00 Și eu m-am născut în România 16.30 Schimb de mame 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Film: „Dragoste și alte dezastre" (coprod., 2006). Cu: Brittany Murphy, Matthew Rhys 22.30 Mărul discordiei (r) 0.30 Film: „Când femeile au necazuri" (SUA, 2009) 2.30 Serial: „Totul despre sex" 3.30 Serial: „Dragul de Raymond" 5.00 Focus (r).

ACASĂ

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 8.45 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial: „Maricruz" (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Viață de împrumut" (r) 13.00 Serial: „Iubiri vinovate" 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Cântec de iarnă" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 20.30 Serial: „Furtuna din adâncuri" 22.30 Serial: „Îți ordon să mă iubești!" 0.00-6.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Poate nu știai 7.30 Ferma (r) 8.30 Magazin UEFA Champions League 9.00 Zon@ IT (r) 9.30 Motomagia 10.10 8 într-o barcă (r) 11.30 Drumul succesului (r) 12.00 Cap compas 12.30 5 x 5 minute de istorie 13.00 Popasuri folclorice 14.10 Film: „Taxi pentru Canada" (SUA, 1998). Cu: Maureen O'Hara 16.00 Memorialul Durerii 17.00 Gala Master Class Mariana Nicolesco 18.00 Telejurnal 18.30 Lumea azi 19.00 Rugby: România — Fiji 21.10 Film: „Viața în pași de dans" (SUA, 2005). Cu: Robert Carlyle 23.10 Film: „Jack se îndrăgostește" (SUA, 2010) 0.50 Serial: „Trei regate" 1.45-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

9.30 Serial (r) 10.00 Doc.: „Piața Universității — România" 11.45 Acasă în bucătărie 12.45 Descoperă România 13.15-14.45 Reluări 16.15 Serial: „Eastwick" 17.15 Film: „Mofturi 1900" (România, 1964) 19.00 Serial: „Bill Engvall Show" 20.00 Film: „Toate pânzele sus II: Misterele mării" (România, 1970) 22.15 Film: „Soare cu dinți aka: Soare înșelător 2: Exodul" (România, 1987) 1.15 Film: „Cursa pentru viață" (SUA, 2010) 2.30 Serial: „Cu sânge rece" 3.15 Serial: „Necunoscuții" (ultimul ep.) 4.00 Film: „Un Crăciun printre străini" (SUA, 2004). Cu: Ben Affleck 5.30 Cine A. M.

DUMINICĂ – 24 noiembrie

TVR 1

6.00 Teleenciclopedia (r) 6.55 Zestrea românilor 7.30 Universul credinței (I) 8.20 Simbolica 8.30 Universul credinței (II) 9.30 Pro patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viața satului (I) 11.50 Minutul de agricultură 12.00 Viața satului (II) 13.00 Ultima ediție 14.00 Telejurnal 14.30 Parteneri de week-end 15.00 Tezaur folcloric 16.00 Duminica în familie 19.00 Lozul cel mare 20.00 Telejurnal 20.45 Prețuiește viața! 0.00 Garantat 100% 1.00-4.35 Reluări 5.25 Imnul României 5.30 Teleshopping.

PRO TV

7.00 Știrile Pro Tv 10.00 După 20 de ani 11.00 Film: „Frații zburători" (SUA, 2009). Cu: Kelly Blatz, Joey Pollari 13.00 Știrile Pro Tv 13.30 Apropo Tv 14.45 Vocea României (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „Parker" (SUA, 2013). Cu: Jason Statham, Jennifer Lopez 23.00 Film: „Cavalerul de oțel" (coprod., 2011). Cu: James Purefoy, Brian Cox 1.00-6.00 Reluări.

ANTENA 1

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Top Chef 22.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Top Chef (r) 3.15 Film: „Păcală se întoarce" (r). Cu: Denis Ștefan, Anemona Niculescu, Sebastian Papaiani, Jean Constantin.

PRIMA TV

7.00 Vacanță și terapie 8.00-10.30 Reluări 11.30 Teleshopping 12.00 Sport, dietă și o vedetă (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 14.00 Vacanță și terapie 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe față! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Schimb de mame 22.00 Film: „Paradisul în direct" (România, 1997) 0.00 Serial: „Totul despre sex" 1.00 Serial: „Dragul de Raymond" 2.00-6.00 Reluări.

ACASĂ

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 9.00 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial: „Maricruz" (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Viață de împrumut" (r) 13.00 Dincolo de povești 13.30 Serial: „Viață de împrumut" 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Cântec de iarnă" 16.30 Doctorul casei 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 21.30 Bingo România 22.30 Serial: „Îți ordon să mă iubești!" 0.00-6.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Cap compas (r) 8.00 Popasuri folclorice (r) 9.00 Ferma 10.10 În curtea bunicilor 12.00 Serial: „Pistruiatul" 12.45 Poate nu știai 13.00 Pescar hoinar 13.30 Natură și sănătate 14.10 Film: „Șefan Luchian" (România, 1981). Cu: Ion Caramitru, Maria Ploae 16.00 Rezistența prin cultură 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Telejurnal 18.30 Sport plus 19.00 Academicienii 20.10 Film: „Între oglinzi paralele" (România, 1978). Cu: Ion Caramitru, Ovidiu Iuliu Moldovan, Elena Albu 22.00 Serial: „Lumini și umbre" 23.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

7.30 Documentar (r) 9.00 Acasă în bucătărie 10.00 Promotor 10.30 Serial (r) 11.30 Teleshopping 11.45 Film: „Mofturi 1900" (r) 13.30 Lumea Pro Cinema 14.15 Serial: „Eastwick" 15.15 Film (r) 17.00 Film: „K.O." (România, 1968) 19.00 Serial: „Bill Engvall Show" 20.00 Film: „Toate pânzele sus III: Întâlnire în Atlantic" (România, 1987) 22.00 Film: „Cursă sub soare" (SUA, 1996). Cu: Halle Berry, Casey Affleck 0.00 Film: „Vinovat și victimă" (SUA, 2009)

Integramă de **M. ALBU**

CARUSEL

RIVAL PE FRONT / ÎNAINTE DE A MIZA		SCUTIRI DE PEDEPSE / ECHIPE DIN ANGLIA		GĂSIȚI LA TOT PĂSUL / ÎNCEPUT DE MILENIU		CAP DE DIHOR! / BANII LA IRANIENI		FRUCTUL FAGURELUI / MAȘINI CU ARĂSTAȚI		FEDERAȚIE DE STATE / CLASE LICEALE		
	A		N		I		E		M		E	
A PRIMENI ATMOSFERA / ZĂPADĂ								A PORNIT CU GREU / LUCRĂTOR ÎN SUBTERAN				
	A		E		R		I		S		I	
	O		M		A		T	PICIOR DE VERS / TORENT			R	
	A		M		A		T		I		B	
LOC DE PĂȘUNAT / DE AJUTOR LA CUSUT						CÂNTEC LIRIC / GLAS DE VRĂBIUȚĂ				ÎN CIUR! / ÎNDEAMNĂ CALUL LA MERS		
	I		M		A		L		I		E	
	A	PLANTĂ DE ULEI / ACOPERĂ BRAȚUL							ZILE LA ROMANI / SCAUNE PE CAI		STĂRI DE MELANCOLIE	
	E		R		H		E		N		I	
	T	GINERI / MEȘTER DE CIURURI					STUDIU LITERAR / A INCITA					LOCUL PENTRU CAMPION
	T		M		R		I		E		E	
	A		A	GRAFICE DE LUCRU / CALUL HAIDUCULUI						BLUZE DE IN / REST LA STRUNJIRE		
	S		A		O		R		R		E	
ASTFEL / SPORIT ENORM / NECREDINCIOS								GLAS CE ÎNGÂNĂ / A DAT BARBA JOS				
	I		H		M		I		T		I	
	A		T		E	NUMĂR CU SOȚ / PRIMELE LA IAHTING!				ATRAGE DIRECT ATENȚIA / ÎN CAMERĂ!			
	A		T		E		P		A		R	
A MURA / GESTURI TANDRE						A DA CU CĂDELNIȚA						
	A		E		R		I		T		A	
	D		R		A		G		A		L	

	T		A		S		E		H		I	
	I		E		L		P		A		R	
	A		E		R		I		T		A	
	S		A		O		R		A		R	
	I		H		M		I		T		I	
	A		T		E		P		A		R	
	A		E		R		I		T		A	
	D		R		A		G		A		L	

Verificați-vă cunoștințele

Iașii marilor iubiri

1. Pe ce râu este așezat municipiul Iași?
2. Când a devenit orașul Iași capitala Moldovei?
3. Care a fost statutul orașului Iași în timpul Primul Război Mondial?
4. Cine a realizat statuia lui Ștefan cel Mare din fața Palatului Culturii din Iași?
5. Ce compozitor român a compus muzica pentru cele mai multe dintre vodevilurile lui Vasile Alecsandri, printre care și „Chirița în Iași”?
6. Ce mare savant român, participant la o expediție științifică internațională, s-a născut la Iași în 1868?
7. Cine a realizat pictura interioară a Catedralei Mitropolitane din Iași?

Răspunsurile pentru numărul trecut

1) Câinele face parte din familia canide. 2) Cel mai mic câine din lume este cel din rasa Chihuahua. 3) Câinele era animalul preferat al zeiței Hekate care patrona magia, vrăjile, otrăvurile și simboliza lucrările tainice ale beznei și nopții. 4) Sfântul cu cap de câine este Christoforus. 5) Tabloul „Dinamismul unui cățel în lesă” poartă semnătura lui Giacomo Balla. 6) Romanul „Câinele galben” a fost scris de prozatorul belgian de limbă franceză Georges Simenon (1903-1989). 7) Filmul „Hotel pentru câini” a fost realizat de Thor Freudenthal.

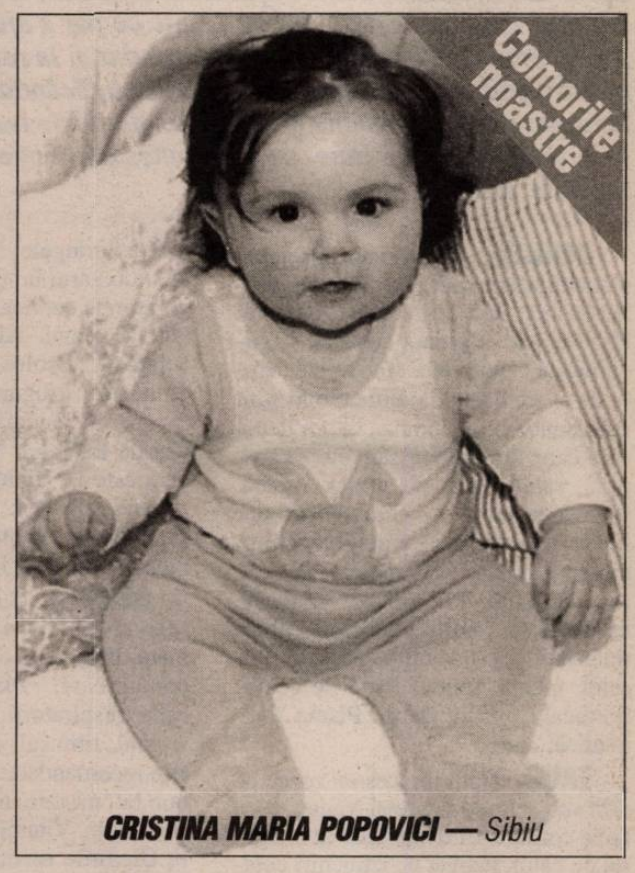
Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Mere” am primit:

- ***7 răspunsuri corecte:*** *Florentina Gorea,* Toplița; *Mioara Popa* și *Daniela Nicolae,* Iași; *Elena Ispas,* Piatra Neamț; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Mihai Călcăianu* și *Ing. Ion Cozma,* Adjud; *Gheorghe Enache,* Galați; *Matei Bărbulescu,* Iași; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei și *Mihai Waspusch,* București.
- ***6 răspunsuri corecte:*** *Raluca Petrescu,* Iași; *Ileana Popa,* Baia Mare; *Ioana Costea,* Pitești; *Corina Marinescu,* Ploiești; *Viorica Simionescu,* Arad; *Cristian Teodorescu,* Iași; *George Ionescu,* Ploiești; *Dan Voicu,* Turnu Măgurele și *Radu-Andrei Ciobanu,* București.
- ***5 răspunsuri corecte:*** *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Viorica Cernea,* Arad; *Ilinca Stănescu,* Ploiești; *Ana Voinea* și *Cristina Codrescu,* Iași; *Mioara Cristescu,* Piatra Neamț; *Codruța Mateescu,* Bacău; *Georgeta Ioan,* București; *Cristian Vasilescu,* Arad; *Ion Mardare,* Vâlcea; *Ionel Petrescu* și *Cristian Zamfirescu,* București.

✉ ***Luminița Popescu, București.*** Sunt multe piese de teatru închinate Ioanei D'Arc. Nu știm dacă cea a lui Bernard Shaw este cea mai cunoscută. Cred însă că am pomenit-o cu altă ocazie.

✉ ***Monica Vlad, Timișoara.*** Vă plângeți iarăși că sunteți „abonată” la cinci răspunsuri corecte. Anul trecut vă reușeau șase. Nu e vina noastră că vă grăbiți! *(Irina Stoica)*



CRISTINA MARIA POPOVICI — *Sibiu*

Sfaturi practice

Cyclamen

La fiecare 2-3 săptămâni, se adaugă un îngrășământ lichid diluat în apă; în acest mod se favorizează dezvoltarea completă a frunzelor și a florilor.

În perioada de înflorire, este important să-i asigurați cyclamenului și aer proaspăt, să așezați ghiveciul pe o tavă cu pietriș ud, să îndepărtați imediat florile ofilite.

Replantați-l în perioada următoare celei de înflorire, când frunzele încep să se vestejească, dar numai dacă rădăcinile au umplut complet ghiveciul. Paradoxal, cyclamenul crește bine dacă are rădăcinile puțin presate într-un amestec (compoziție ideală care poate fi înlocuită cu pământ de flori) format din părți egale de pământ de grădină, pământ de pădure, turbă și nisip.

Se însămânțează între iulie și septembrie, folosind dacă este posibil compost, amestecat cu nisip grunjos. Este recomandabil și pământul de flori amestecat cu puțin nisip.

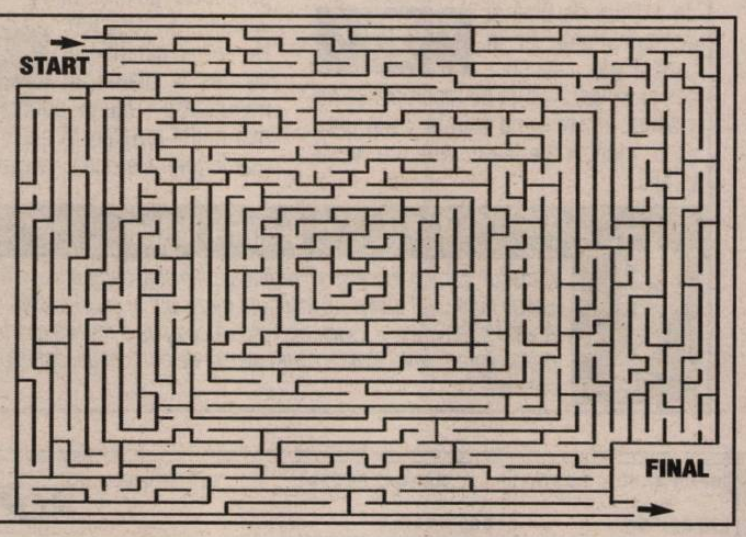
Așezați lădița pentru însămânțare la umbră, dar într-un loc cald, și asigurați-vă zilnic că pământul este ușor umed. Semințele vor încolți în 5-6 săptămâni.

Înmulțirea se face și prin divizarea tuberculului: la sfârșitul primăverii, îndepărtați pământul de pe rădăcini și împărțiți tuberculul astfel încât fiecare porțiune să aibă câțiva muguri. Plantați aceste porțiuni în ghivece diferite, la răcoare. După ce se dezvoltă se replantează.

Transferați-le în ghivece din ce în ce mai mari, pe măsură ce cresc, ajungând ca, în final, să le plantați în ghivece, cu diametrul de 20-25 cm, în lunile mai-iunie ale anului următor. *(D.M.)*

PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



SOLUȚIA INTEGRAMEI „CONTURĂRI”: *B - O - O - L - B - T - CRUCISATOARE - ARAMII - PLEN - ADN - PIURE - NT - IACI - RING - A - AS - AERAT - AUT - T - RIDA - MAGII - UTA - IUBIT - MI - ARAC - ACARI - OI - BAIT - TUTA - CLARVAZATOR - SALCII - ITARI.*

Soluția **«SUDOKU»** *— jocul săptămânii 45*

1	5	6	7	3	2	9	4	8
7	3	8	9	6	4	1	5	2
4	2	9	8	5	1	3	7	6
9	6	7	1	8	3	4	2	5
3	4	2	5	7	6	8	1	9
8	1	5	2	4	9	7	6	3
5	9	4	3	2	7	6	8	1
2	7	3	6	1	8	5	9	4
6	8	1	4	9	5	2	3	7

Umor

O blondă merge la un magazin de electrocasnice, se uită prin magazin și la un moment îl întreabă pe vânzător:

— Cât costă televizorul ăsta?

— Nu vindem produse blondelor!

A doua zi, vine blonda noastră vopsită brunetă și îl întreabă pe vânzător:

— Cât costă televizorul ăsta?

— Nu vindem produse blondelor!

— De unde ți-ai dat seama că sunt blondă?

— Ăsta este cuptor cu microunde!

Polițistul către șofer:

— Vă rog, să coborâți din mașină!

— Sunt prea beat, urcă tu!

CRONICA TV

Brânzeturi desăvârșite cu dragoste

Se spune că preparatele culinare sunt mult mai gustoase dacă pui suflet în ele. Dacă gătești cu plăcere, cu dragoste... și se mai spune că plantele se simt foarte bine, că se dezvoltă sănătos în prezența persoanelor pozitive care răspândesc efluvii subtile, benefice, care le iubesc, le vorbesc, le mângâie și mai ales dacă sunt răsfățate cu muzică relaxantă; ambientală, jazz dar mai ales clasică. Cercetătorii au identificat și câteva instrumente pe care plantele le „adoră”: pianul, vioara, flautul, xilofonul, naiul, chitara clasică...

Privind unele emisiuni, documentare în care se gătește, suntem plăcut surprinși de bucuria, pasiunea care se citește pe chipurile gastronomilor care se regăsesc în calitatea gustativă a bucatelor, atestată de degustători. Un exemplu grăitor în acest sens, dincolo de tehnologia de fabricație, îl regăsim în documentarele difuzate, în special pe TV 5, în care producătorii francezi – un popor

extrem de atașat de bucătăria națională – de brânzeturi, și în special de cele cu mucegaiuri, lasă impresia că intră într-o legătură „empatică” și „afectivă” cu savuroasele produse. Se vede acest lucru în privirile lor, calde, atente, în delicatețea cu care le ating pentru a testa textura crustei, cu care le întorc de pe-o parte pe alta cu o gingășie „maternă”. Periodic testează gustul, consistența, culoarea, gradul de maturare etc. al eșantioanelor prelevate cu o sondă, atât de concentrați de parcă ar face experimente într-un laborator... atomic.

Pasiune, încântare, profesionalism, asociate cu mândria de a obține brânzeturi desăvârșite care, se știe, reprezintă un etalon al mândriei naționale, în linia unei tradiții vechi.

În timpul celui de-al Doilea Război Mondial, Churchill, aflat la o masă cu specific franțuzesc, s-a exprimat, la un moment dat, simbolic: „O țară în care se produc peste 360 de sortimente de brânzeturi fine, savuroase, nu poate niciodată să dispară.” *(Dorin Măran)*

în sprijinul zodiilor

Un proverb german ne aminteşte că: „Dumnezeu a făcut să crească o plantă pentru fiecare boală cu excepţia prostiei" şi se pare că există un adevăr de necontestat în această afirmaţie. Medicina naturistă, atât de apreciată în ultima vreme, vine în ajutorul fiecăruia dintre noi cu plante ce par a ajuta la vindecarea bolilor ce ne împovărează dar şi la refacerea stării noastre psihice. Astrologia ne ajută şi ea făcându-ne cunoscute anumite plante, alimente şi minerale cu efecte benefice. Cunoscându-le mai bine, ne vom putea convinge şi singuri de efectele acestora.

BERBEC. Aflaţi sub influenţa planetei Marte, aceşti nativi sunt firile cele mai active din întreg zodiacul. Planeta este asociată fierului şi guvernează capul, faţa, emisferele cerebrale şi sângele. Ca **alimente** le sunt recomandate cele bogate în fier dar şi cele care fluidizează sângele: ceapă, praz, salată, spanac, urzici, mentă. Mâncarea poate fi condimentată dar moderat cu: boia de ardei iute, chilli, muştar, hrean. **Vitaminele** care îi fortifică sunt: PP şi B12. **Uleiurile esenţiale** pe care le pot folosi pentru relaxare sunt: levănţică, paciuli, muşeţel, mentă, santal, lemn de cedru, portocală, ylang ylang. **Planta terapeutică:** arnica.

TAUR. Nativii acestei zodii se află sub semnul planetei Venus, ceea ce le conferă un temperament exagerat de calm, marcat de izbucniri colerice. Planeta guvernează gâtul, amigdalele, laringele, faringele, gura, limba, maxilarul inferior, glanda tiroidă, vertebrele cervicale şi organele genitale la femei. **Alimentele** benefice: cerealele, fasolea, sparanghelul, anghinarea, strugurii, merele, perele, fructele de pădure. Condimente pot folosi de tot felul. **Vitamina** recomandată este F. **Uleiurile esenţiale** folositoare relaxării: ghimbir, trandafir. **Plantele terapeutice** recomandate: mentă, cuişoare, izmă creaţă, măcriş.

GEMENI. Guvernaţi de planeta Mercur sunt dominaţi de un temperament dinamic şi o mare capacitate de comunicare. Planeta guvernează căile respiratorii, plămânii, umerii, sternul, timusul şi mâinile. **Alimentele** recomandate: morcovi, fasole cu bob lat, mazăre, nuci, migdale, alune şi arahide. **Vitaminele** indicate: B1 şi F. **Uleiurile esenţiale** ajutătoare: vanilie, mentă, salcâm, lăcrămioare, lavandă. **Plantele terapeutice** recomandate: şovârf, seminţe de anason, chimen, ferigă.

RAC. Schimbătoarea Lună le conferă acestor nativi un temperament limfo-sangvinic. Din corpul uman îi corespund stomacul, duodenul, esofagul inferior, sânii, ochiul stâng. **Alimentele** benefice: varză albă şi roşie, peşte, lactate, napi. Dintre condimente li se recomandă tarhonul, care ajută la refacerea depozitelor de săruri minerale. **Vitamina** indicată: B2. **Uleiurile esenţiale** ajutătoare: santal alb, liliac, trandafiri albi, crini, nuferi, ambră. **Planta terapeutică** recomandată: tei.

LEU. Vitalitatea de care debordează nativii acestei zodii este dată de măreţul Soare, cel care îi guvernează şi ale cărui trăsături le influenţează negativ organismul. Cei care doresc să-şi menţină sănătatea ar fi bine să-şi dozeze cu prudenţă efortul, entuziasmul şi pornirile deoarece bolile de inimă nu întârzie să apară. Astrul zilei guvernează coloana vertebrală, ochiul drept, circulaţia arterială. **Alimentele** recomandate: carne, miere, orez, urzici, linte, leurdă, salata sau orice aliment care conţine mult fier. **Vitaminele** indicate: A, D, H2. **Uleiurile esenţiale** ajutătoare: angelica, rozmarin, ambră, santal, smirnă. **Plantele terapeutice** recomandate: rozmarin, gălbenele, rostopască, mentă.

FECIOARĂ. Guvernaţi de planeta Mercur, cei născuţi sub acest semn au o mare înclinaţie spre remedii naturale, regimuri alimentare şi un trai cât mai sănătos. Fiind o zodie de Pământ îşi refac şi reîncarcă bateriile cel mai eficient în natură. Planeta guvernează circulaţia sangvină, intestinele, pancreasul. **Alimentele** benefice: ţelina, gulii, cartofi, morcovi, mazăre, nuci, migdale. Dintre condimente li se recomandă busuiocul, ghimbirul, piperul, rozmarinul. **Vitaminele** indicate: B1 şi F. **Uleiurile esenţiale** ajutătoare: lavanda, lemn de santal, cedru, lămâie. **Plantele terapeutice** recomandate: valeriană, salvie.

Săptămâna viitoare vom continua prezentarea celorlalte zodii.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Catifeaua — simbolul nobleţei şi luxului ■ Bătălia pentru Guadalcanal ■ Comunicarea de informaţii urmăreşte ufologii ■ Misiunile spaţiale — progres şi prestigiu ştiinţific ■ În numele Tatălui şi al Fiului... ■ Rubens la Gherla ■ Isabella Rossellini — seducătoare, curajoasă şi elegantă ■ Diana, vis de noapte luminoasă

HOROSCOP
18-24 noiembrie 2013

BERBEC 21.03-20.04

Sunteţi preocupaţi să rezolvaţi atâtea probleme mici încât pentru a le soluţiona îi neglijaţi pe cei de acasă. Nu trebuie să fiţi indiferenţi faţă de sentimentele membrilor familiei oricât sunteţi de ocupaţi. Dacă le cereţi şi lor ajutorul veţi vedea cât de repede vă degrevaţi şi vă mai liniştiţi.

TAUR 21.04-21.05

Săptămâna ce începe debutează cu prea multe griji. Cei care sunt părinţi vor avea însă timp suficient să-l dedice copiilor. În cazul în care simţiţi că un prieten vă presează să vă întâlniţi mai des decât doriţi, puteţi să-l refuzaţi politicos. Ponderaţi-vă pornirile nervoase un pic mai mult.

GEMENI 22.05-21.06

Sunteţi capabili să vă dovediţi valoarea arătând celor din jur că aveţi puterea şi răbdarea necesare rezolvării celor mai complicate proiecte la locul de muncă. Reuşiţi chiar să-i impresionaţi şi pe şefi, care nu vor rămâne indiferenţi eforturilor depuse.

RAC 22.06-21.07

Energia dumneavoastră va fi cel mai bine consumată pentru soluţionarea problemelor de acasă. Membrii familiei vă vor fi de ajutor şi vă înţeleg cel mai bine. Dacă le cereţi ajutorul puteţi transforma munca într-o veritabilă distracţie. Totul este să faceţi echipă cu cine trebuie.

LEU 22.07-22.08

Situaţia se va îmbunătăţi încă din primele zile ale săptămânii. Veţi găsi calea cea mai bună pentru a fi alături de cei dragi fără a-i face să sufere prea tare. Atenţie la cumpărăturile pe care le veţi face în weekend. Bugetul nu este prea lejer şi nici nu se vede o ameliorare curând.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Pentru a vă atinge obiectivele veţi face eforturi considerabile. Toate vor fi însă puse în valoare de o stare de bine şi de voie bună. Şi în carieră veţi avea succes şi vă veţi bucura de recompense pe măsură. În weekend primiţi vizita unei rude îndepărtate care vine cu veşti bune.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Deveniţi cam prea melancolici şi vă gândiţi prea des la trecut. Mai bine canalizaţi-vă energia şi folosiţi-o în scopul relansării unor proiecte ce aşteaptă de prea mult timp să le luaţi în seamă. La sfârşitul săptămânii vă reîntâlniţi cu prieteni dragi.

SCORPION 23.10-21.11

Urmează câteva zile dificile pentru unii nativi ai acestei zodii. Cei care au activităţi legate de afaceri vor beneficia de noi contracte din care vor scoate profituri considerabile. Atenţie la semnarea actelor, uneori se pot face speculaţii din folosirea anumitor termeni.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Poate vă simţiţi prea epuizaţi din punct de vedere emoţional şi nu ar fi o idee rea să încetiniţi ritmul. Nu vă mai asumaţi responsabilităţi în plus faţă de cele pe care le aveţi. Mai bine folosiţi-vă timpul liber pentru a vă relaxa şi a petrece mai mult timp alături de familie.

CAPRICORN 22.12-19.01

Satisfacţia terminării treburilor de rutină vă dă răgazul necesar organizării actelor, a conturilor şi posibilitatea începerii unor noi proiecte la locul de muncă. Veţi fi capabili să vă impresionaţi şefii prin perseverenţă şi efort asiduu. Vă ajută şi sănătatea, aşa că profitaţi din plin.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

O afacere importantă ar putea veni din partea unui coleg sau a unui prieten bun. Cei care vă cer părerea sunt surprinşi de ideile dumneavoastră. Şi acasă lucrurile par să meargă din plin. Vă surprinde invitaţia unui bun amic la un party rustic.

PEŞTI 19.02-20.03

În discuţiile cu cei din familie vi se fac unele propuneri pentru mini vacanţa de Crăciun. Nu vă mai gândiţi atât de des la planificări minuţioase. Uneori spontaneitatea dă mai multe rezultate şi poate veţi fi mult mai fericiţi. Ce ziceţi, vă aventuraţi?

NATIVUL SĂPTĂMÂNI: Benjamin Britten (22.11.1913-04.12.1976)

A fost un compozitor englez, dirijor şi pianist al cărui nume a intrat în istorie fiind unul dintre cei mai buni muzicieni ai secolului XX. Acest reprezentant al zodiei Scorpion a compus o muzică aparte, având prospeţime şi inventivitate care-l separa de muzicienii contemporani acelor vremuri.

TELEFONUL CITITORULUI

Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon:

0213178964

Abonamente la „Magazin" direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA	PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	5,50 LEI	❑ 4 LUNI	22,00 LEI
❑ 2 LUNI	11,00 LEI	❑ 5 LUNI	27,50 LEI
❑ 3 LUNI	16,50 LEI	❑ 6 LUNI	33,00 LEI

(Marcaţi cu un X perioada dorită a abonamentului)

DATA DE ÎNCEPERE A ABONAMENTULUI: _____

NUME _____ PRENUME _____

ADRESA: str. _____, nr. _____,

bl. _____, sc. _____, et. _____, ap. _____, sector _____,

localitate _____, cod _____,

judeţul _____.

„Magazin" oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal [pe adresa: Ionescu Simion — la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701], contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat) şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la tel. 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente trimiţând, pe adresa redacţiei (Ionescu Simion, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701), un plic cu un cec reprezentând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni).

Abonaţi-vă la magazin

CUPON MANDAT POŞTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ştampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION — la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....

Sigiliu control mandate
POŞTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu sigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE
0722625622

Biblioteca Judeţeană MUREŞ

SERIE NOUĂ - 1170 ● ANUL LVI ● 21 NOIEMBRIE 2013 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 47 (2920)

magazin

Mail: redactia@revistamagazin.ro Adresă INTERNET: www.revistamagazin.ro

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

■ *Viaţa nu are subtitrare, ori o înţelegi, ori nu...*
Wolf Wildfire

■ *E destul de bogat cel care nu trebuie să se linguşească, nici să se împrumute.*
Solomon

Caleidoscop

CATIFEAUA
simbolul nobleţei şi luxului

Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă
Câteva reguli care vă feresc de insomnie

Dosarele frumuseţii
Sprâncenele şi expresia feţei

Istorii uitate

BĂTĂLIA pentru Guadalcanal

Terapii complementare

HRĂNIŢI-VĂ evitând cancerul!

Specialiştii nu au încă o idee clară

ACTIVITATEA SOLARĂ
provoacă manifestările climatice extreme?

Toată lumea este îngrozită de ravagiile provocate de taifunul Haiyan, considerat o adevărată bombă atomică meteorologică. Dar sunt aceste manifestări climatice extreme rezultatul activităţilor industriale excesive la nivel mondial sau ele sunt legate de activitatea solară extremă? Specialiştii sunt împărţiţi.

Multă lume se încurcă în termeni: taifun, uragan sau ciclon? Dilema este simplu de rezolvat pentru că, până la urmă, taifunul, uraganul sau ciclonul sunt termeni care desemnează unul şi acelaşi fenomen meteorologic care provoacă o furtună violentă, care dezvoltă o putere ce poate echivala cu până la 10 bombe de tipul celei lansate la Hiroshima şi cu viteze ale vântului care depăşesc 120 de kilometri pe oră. Fenomenul este denumit taifun dacă are loc în Pacificul de Vest sau în Oceanul Indian, cum este cazul lui Haiyan, iar dacă are loc în Caraibe şi Marea Arabică atunci se numeşte uragan şi, respectiv, ciclon. Fenomenul este impresionant, dovadă că el a fost şi subiect de film.

Cei de vârsta a treia îşi amintesc, cu siguranţă, filmul francezului Yves Chiampi din 1957, *Taifun la Nagasaki (Typhon sur Nagasaki)*, cu Jean Marais, Danielle Darrieux şi Keiko Kishi în rolurile principale. Numai că atunci când taifunurile se pornesc, literatura se transformă în tristă realitate, măsurabilă pe o scară a dezastrului produs. Pe scara Saffir-Simpson, cicloanele, termenul generic pentru aceste furtuni devastatoare, sunt clasificate în cinci categorii, în funcţie de forţa vânturilor şi de potenţialele pagube. Supertaifunul Haiyan este un ciclon din categoria 5, cea mai înaltă, cu vânturi maxime estimate la 315 kilometri pe oră şi rafale care pot ajunge la până 380 kilometri pe oră, potrivit Agenţiei japoneze de meteorologie şi Centrului american de previ-

ziune a cicloanelor tropicale. Intensitatea taifunului Haiyan a oscilat, la punctul său culminant, ne spun specialiştii, undeva între 870 şi 895 de hectopascali (hPa) şi ar putea fi cel mai violent ciclon măsurat până acum.

Recordul anterior îl deţinea ciclonul Tip, din oceanul Pacific, cu 870 de hectopascali, înregistraţi la 12 octombrie 1979, cu vânturi maxime estimate atunci la 305 kilometri pe oră, potrivit Météo France. Pentru cine îşi imaginează că insulele Filipine sunt lovite pentru prima oară de un taifun, este bine de ştiut că în fiecare an, între lunile iunie şi octombrie, insulele Filipine sunt măturate de circa 20 de furtuni puternice, în vreme ce la scară mondială, în apele tropicale se formează în jur de 80 de cicloane pe an.

Până la urmă, cicloanele sunt într-un fel benefice pentru planetă pentru că ele exercită rolul unei uriaşe „valve de siguranţă" care evacuează excesul de energie acumulat de oceane în zonele tropicale. Oarecum, acest rol de valvă de siguranţă îl joacă şi cutremurele. Fiind un fenomen amplu, cu diametre între 500 şi 1000 kilometri, traiectoria cicloanelor, cel puţin în ultimele patru decenii, este monitorizată internaţional sub coordonarea Organizaţiei Meteorologice Mondiale (OMM), care are centre la Miami, Tokyo şi Honolulu.

Cicloane tot mai violente

În ultimii ani, de fiecare dată când se înregistrează un fenomen meteo extrem, mass-media scoate în faţă sintagma înfricoşătoare şi extrem de vagă, „încălzirea globală". Oameni mai serioşi, climatologii, nu au stabilit însă existenţa unei legături formale între cicloane şi procesul de încălzire globală dar, culmea, se aşteaptă în viitor la fenomene meteo tot mai violente ca urmare a creşterii temperaturii oceanelor.

Atunci când vorbim despre temperatura oceanelor, observaţia este reală, pentru că până la urmă, oceanele şi mările, care acoperă 70 la sută din planetă, sunt principalele responsabile de efectul de seră datorat emisiilor de CO_2 şi de-abia după aceea activităţile industriale, acestea într-o măsură mult mai mică. În acest domeniu al schimbărilor climatice, ca şi în altele de altfel, certitudinile ştiinţifice sunt în număr foarte mic. Încă suntem în plasa ipotezelor de lucru. Şi ipotezele se amestecă, fiind greu de extras o teorie valabilă.

Aşa se face că în timp ce în Filipine se numărau morţii şi se evaluau pagubele materiale după trecerea taifunului Haiyan (numărul celor decedaţi ar putea depăşi 10.000), la Varşovia s-a desfăşurat a 19-a Conferinţă ONU privind schimbările climatice, la care au participat 190 de state şi o armată de experţi. Chiar şi aşa, lucrurile nu sunt foarte clare.

În studiul cicloanelor există multe carenţe, printre care şi cea a lipsei bazelor de date omogene, întrucât înaintea anilor '70 nu existau sateliţi care să studieze aceste fenomene, cum explica un cercetător francez. Chiar şi atunci când experţii vorbesc despre încălzirea mărilor şi oceanelor, extrem de puţin semnificativă, ei nu ştiu dacă fenomenul poate fi pus pe seama activităţilor umane sau dacă el este rodul „variaţiilor naturale" ale planetei.

În lipsa acestor certitudini, specialiştii de la Grupul de Experţi în Evoluţia Climatului (GIEC) estimează, doar pe baza unor modele climatice computerizate, că în viitor cicloanele vor deveni mai violente şi vor aduce o cantitate tot mai mare de precipitaţii. Dar şi aceste modele climatice pot fi eronate, rezultatul putând fi viciat de datele şi formulele matematice folosite. Pentru că evaluările altor experţi indică probabilitatea unui număr mai redus de cicloane în viitor! În fine, confirmând că acestea vor fi mai bogate în precipitaţii.

Ra, zeul tutelar

Pentru viaţa de pe Pământ, Soarele este esenţial, fără el, nimic nu ar exista, aşa cum credeau şi vechii egipteni. Astăzi, cercetătorii pot spune chiar mai mult decât atât. În această toamnă, Soarele se află în perioada de maxim a activităţii sale, conform ciclului de 11 ani. Activitate maximă înseamnă o activitate intensă a petelor solare, unele cu diametru egal cu cel al Pământului, care afectează şi viaţa terestră. Numai că în această toamnă, cercetătorii au observat că „maximum"-ul normal este de fapt un „minim", într-un mod cu totul ciudat.

„O glumă", cum spune Jonathan Cirtain, de la Administraţia Naţională americană pentru Aeronautică şi Spaţiu (National Aeronautics and Space Administration), care face parte din echipa care urmăreşte activitatea satelitului nipon Hinode care cartografiază câmpurile magnetice solare. Oamenii de ştiinţă nu înţeleg deocamdată dacă această acalmie este temporară sau reprezintă începutul unei perioade mai lungi de declin al activităţii solare care poate contribui la încetinirea procesului de încălzire globală. „Nu există niciun om de ştiinţă în viaţă care să mai fi văzut vreodată un ciclu solar atât de slab ca acesta", susţine Andrés Munoz-Jaramillo care studiază ciclurile solare la Centrul Harvard-Smithsonian pentru Astrofizică din Cambridge, Massachusetts. Pentru a complica şi mai mult misterul acestui maximum solar, Soarele trece şi printr-una dintre cele mai bizare inversări magnetice din istoria observaţiilor astronomice. Deocamdată, oamenii de ştiinţă nu-şi pot explica raritatea petelor solare din această perioadă.

Prin comparaţie, în perioada de maximum solar din luna noiembrie a anului 2003 s-a produs cea mai violentă furtună solară din istoria cunoscută a activităţii solare! În lipsa certitudinilor, cercetătorii avansează supoziţii. Astfel, câţiva oameni de ştiinţă au speculat că Soarele ar putea să reintre într-o perioadă prelungită de relativă acalmie, spre deosebire de perioada de activitate intensă ce a început odată cu anii '40 ai secolului trecut. Şi dacă lucrurile stau aşa, scăderea activităţii magnetice poate încetini procesul de încălzire globală. Cu alte cuvinte, apa oceanelor s-ar putea răci în viitorul apropiat. Până la urmă trebuie să fie vorba de un ciclu climatic care provoacă fenomenele meteorologice extreme şi nicidecum activitatea industrială umană, oricât de mult ar fi crescut ea în ultimele decenii.

TV

■ TVR 1 ■ Pro TV ■ Antena 1
■ TVR 2 ■ Prima TV
■ Acasă ■ Pro Cinema

SUDOKU
jocul săptămânii: 47

1	8	4	3	9	6	5	7	2
6	7	2	5	4	8	1	9	3
5	9	3	1	7	2	8	6	4
2	3	6	7	8	5	9	4	1
9	5	7	4	6	1	2	3	8
8	4	1	2	3	9	6	5	7
4	6	8	9	2	3	7	1	5
3	1	9	8	5	7	4	2	6
7	2	5	6	1	4	3	8	9

Soluţia în numărul viitor

Biblioteca Judeţeană MUREŞ

CATIFEAUA
simbolul nobleţei şi luxului

Cu o istorie care se întinde pe mii de ani, izbutind să străbată timpul şi să pătrundă în vestimentaţie datorită rafinamentului, indiferent de epocă, catifeaua şi-a păstrat până în zilele noastre farmecul şi seducţia.

Originea şi drumul spre Europa

Nu se ştie nici astăzi cine a fabricat primul metru din acest material preţios. Cuvântul catifea provine, din limba turcă *„kadife”* şi neogreacă *„katifes”*. Mulţi dintre cercetătorii pe care i-a pasionat proveniența catifelei, susţin că acest material îşi are originea în vechea Persie, mai exact, în localitatea Kathifet, aceasta fiind singura menţionare istorico – geografică prin care se explică locul unde a apărut.

În istoria Evului Mediu se vorbeşte mult despre Drumul Mătăsii şi se crede că pe acele locuri şi în acea vreme ar fi fost fabricată şi catifeaua, exclusiv din mătase. Poate de aceea, era foarte apreciată şi scumpă în schimburile comerciale. Ţinta negustorilor o reprezentau aristocraţii. Cel mai mare producător de catifea era oraşul Cairo, iar în Europa a ajuns în jurul anului 1200, prin Italia (Genova, Florenţa şi Veneţia), unde se afla centrul comercial al Europei. Aici negustorii Orientului Mijlociu aduceau cele mai exotice mărfuri. Secole de-a rândul, din aceste oraşe italiene s-a aprovizionat continentul european cu catifea. În italiană, cuvântul catifea este denumit „velutto” care ar însemna „ca de lână, lânos”, ceea ce-i face pe unii cercetători să susţină că producţia italiană a acestei ţesături ar fi început în Sicilia, prin realizarea unei imitaţii din lână, în defavoarea catifelei veritabile, din mătase.

Ţesătura reginelor

Ajunsă în întreaga Europă, catifeaua a devenit rapid un simbol al luxului. Atât împăraţii cât şi regii, dar desigur, şi majoritatea aristocraţilor, plăteau sume importante pentru a-şi procura acest material preţios. În acest fel, bancherii, comercianţii şi vânzătorii din acea vreme s-au îmbogăţit de pe urma negoţului cu acest material unic. Considerat un produs de lux, catifeaua a reuşit să stârnească un adevărat fenomen economic. Folosită nu numai pentru îmbrăcăminte ci şi în alte multe domenii (tapet pentru pereţi, tapiţerii pentru mobilă, obiecte decorative, perdele etc.), sau chiar pentru decorarea interioarelor unor mijloace de transport (caleşti, litiere), catifeaua a adus celor ce se ocupau de producţie, profituri mari.

A fost folosită şi ca suport pentru pictură, în special catifeaua neagră. Specialiştii susţin că pictarea catifelei era o tehnică antică, originară din Kasmir. Procedeul picturii pe catifea a fost adus în Europa de Marco Polo, una din opere găsindu-se la Muzeul Vaticanului. Secretul de producere al catifelei a fost ţinut ascuns până în momentul în care Napoleon a desfiinţat breslele.

Catifea sintetică!

Nu orice catifea este preţioasă. Din Evul Mediu şi până în Renaştere, catifeaua a fost fabricată mai ales din mătase, însă, pentru a mai reduce din costuri, meşterii au început să adauge, la început cânepă apoi bumbac, pentru ca, în anii revoluţiei industriale, mai exact după Al Doilea Război Mondial, catifeaua să fie obţinută şi din fibre sintetice, astfel preţul materialului scăzând drastic. În orice variantă s-ar găsi (mătase, bumbac, lână sau poliester), catifeaua îşi păstrează nota de eleganţă şi noblețe.

IOANA FLORIA

Pulsul Planetei

Insule sub apă

Nenumărate insule din mări şi oceane sunt ameninţate de creşterea nivelului apelor, unele dintre ele fiind inundate definitiv. Fenomenul diferă însă în funcţie de regiuni. 60% dintre insulele vulnerabile sunt situate în Polinezia Franceză şi în Noua Caledonie. Şi insulele mediteraneene şi cele din largul coastelor franceze se află în pericol: 5% din cele 1269, până la sfârşitul secolului. Între 10.000 şi 20.000 de insule (din cele 180.000 din lume) ar putea fi înghiţite de ape până în 2100. Odată cu ele vor dispărea sute de specii de plante endemice. Nivelul de creştere al apelor din aceste zone este estimat la 1 metru.

Victime ale sonarelor

Peste 100 de delfini au eşuat pe plajele lagunelor din Loza (în nord-vestul Madagascarului). Un fenomen bizar în care sunt „implicate” şi alte mamifere marine, precum balenele. În pofida nenumăratelor cercetări, misterul n-a putut fi dezlegat. De data aceasta cauza a fost identificată: comportamentul delfinilor a fost perturbat de sonarele unei nave de cercetare petrolieră. Este prima oară când a fost dovedit faptul că undele radarelor – denumite unde elastice – perturbă sistemul de ecolocaţie al delfinilor.

DORIN MĂRAN

Despre traduceri

Să vorbim corect!

Se pare că la noi toată lumea crede că ştie englezeşte. Mulţi însă, ce e mai trist, uită să mai folosească cât de cât corect limba română. Nu vrem şi nu îndrăznim să dăm lecţii dar, dacă unui om obişnuit i se pot trece cu vederea anumite scăpări, ele nu sunt tolerate la traducătorii de filme şi — vai! — de cărţi. Pentru aceştia cunoaşterea bună (dacă nu perfectă!) a ambelor limbi este absolut obligatorie.

Exemplele dovedesc însă cu totul altceva.

Într-un film se vorbea despre un cătel care avea ochii „cât farfurioarele de ceai” (saucer eyes) dar noi avem expresia corespunzătoare „ochi cât cepele”. E adevărat că aceasta este lipsită de o anume eleganţă, dar mult mai apropiată de înţelegerea noastră, a românilor care nu avem tradiţia ceaiului.

În filme şi cărţi am întâlnit traducerea substantivului compus „drawing room” prin „salonul de desen”. În limba engleză — britanică şi americană — există câte un cuvânt pentru orice fel de salon (de casă — drawing room; de spital — ward; de coafură — beauty parlour; de restaurant — saloon etc.). Este adevărat că în multe saloane din palatele englezeşti exista un şevalet dar acesta avea un rol de cele mai multe ori decorativ iar substantivul se traduce prin „salon”. La fel cu celebrul „closet” care în engleză înseamnă debara şi nu ceea ce înseamnă în limba română.

Întâlnim astfel de perle la tot pasul şi aştepăm să mai aflăm că „plouă cu câini şi cu pisici” (It rains cats and dogs), în loc de „plouă cu găleata”. În traducerea în limba română a celebrei nuvele fantastice „Fantoma familiei Canterville” de Oscar Wilde, traducătoarea a tălmăcit cuvântul „minister” prin preot şi nu prin ministru, substantivul având în engleză ambele sensuri. Dacă ar fi citit atent şi chiar ar fi încercat să înţeleagă textul, ea şi-ar fi dat seama că nu putea fi vorba de un preot, de vreme ce eroul avea bani să cumpere un castel în Anglia, era un important membru al Partidului Republican şi mai ales a încercat să alunge biata fantomă cu revolverul şi nu cu sfânta cruce. E o dovadă de mare curaj să încerci o traducere a acestei nuvele după admirabila versiune a lui Dan Duţescu. Traducătoarea a avut curaj! În rest... *(I.S.)*

A bea bere...

Cine doreşte poate să pună o virgulă după infinitivul „scurt” al verbului din titlu, însă în articolul de faţă nu e cazul de aşa ceva, pur şi simplu pentru că ne vom referi direct la băutul acelei licori care a inspirat inclusiv sărbători (laice, cum altfel!?) de genul nemţescului Oktoberfest. Şi, ca să nu aveţi impresia că ne ocupăm de probleme... de bodegă, vom prezenta câteva „desuuri” ale vastului domeniu numit Bere, pe alocuri, fără îndoială, de-a dreptul ameţitoare.

Berea, „soră” cu femeia?!

Considerată o băutură a bărbaţilor, trebuie ştiut că berea se leagă, în realitate, mult mai mult de existenţa sexului frumos. Producerea acestei băuturi pare a fi o meserie veche de când lumea, iar plăcerea de a o degusta, la fel. Astfel, cea mai veche reţetă referitoare la bere ar avea o vechime de circa 5.000 de ani; ea se află pe o plăcuţă de piatră. Ben Franklin spunea despre bere că „este dovada că Dumnezeu ne iubeşte”. Ei, da — iubirea şi femeia, însă nu toată lumea ştie că femeile au fost primii producători de bere!

Apropo: cea mai scumpă bere din lume se numeşte Vielle Bon Secours, costă 1.000 de dolari sticla şi se comercializează într-un bar londonez, Bierdrome, iar cea mai veche berărie funcţională din lume este — normal, în Germania — Bayerische Staatsbrauerie Weihenstephan, de lângă München, fondată în jurul anului 1040.

„Sindromul” paharului gol

Beţi bere, dar nu sunteţi toxicomani? Sunteţi siguri? Aflaţi că 6 dintre tipurile de hamei folosite la producerea acestei băuturi fac parte din aceeaşi familie cu marijuana; totuşi, nu vă impacientaţi: în lume există circa 400 de tipuri de bere. Iar pentru o şi mai solidă convingere precizăm că berea conţine aproape toate mineralele necesare supravieţuirii. În Europa Evului Mediu, nu doar adulţii consumau bere, ci şi copiii, din moment ce licoarea era percepută ca un aliment, o excelentă sursă de energie. Totodată însă, în mod (relativ) paradoxal, există şi o fobie legată de bere, dar aceasta se referă la... teama de a vedea paharul gol şi se numeşte cenosillicafobie.

Leac, dar şi un drept cuvenit!

Să nu vă miraţi, dar chiar aşa stăteau lucrurile. Hai, că puterea de a lecui felurite beteşuguri trupeşti, dacă stai să te gândeşti, parcă o are azi orice preparat natural. Dar, cum adică să ţi se cuvină o bere? S-o luăm încet, ca să nu ameţim!

În vremuri moderne, susţine un raport publicat în *New England Journal*, femeile care consumă bere moderat au capacităţi cognitive superioare celor care nu au acest obicei. Un alt studiu arată că berea previne formarea pietrelor la rinichi: fiecare sticlă de bere consumată zilnic ar reduce riscul respectiv cu 40%. Ah, dar sunteţi probabil nerăbdători să aflaţi cum e cu dreptul la o bere!

Se spune că regele babilonian Hammurabi decretase că fiecare persoană va avea o raţie zilnică de bere, în funcţie de statut. Peatunci, producerea berii era considerată o ocupaţie nobilă şi elegantă pentru femei. În Peru, de pildă, fabricile de bere angajau doar femei din înalta societate, obligatoriu frumoase. Să tot consumi!...

De altfel, în Egiptul antic, bărbaţilor le era interzis prin lege să producă şi să comercializeze bere. **O chestiune (tare) serioasă!** În secolul XIX, în München, mamele beau circa 7 ţapi de bere pe zi (!), convinse că aveau nevoie de ea „ca de apă”, pentru a-şi alăpta copiii. Primele doze de bere au apărut în 1935, când oamenii nu mai voiau să meargă în tavernă, ci preferau să-şi ia cu ei băutura acasă. Astăzi, Cehia are cel mai mare consum de bere pe cap de locuitor. Însă din urmă vine însetata Chină — *of course!* — piaţa cu cea mai rapidă creştere din lume. Vremuri şi vremuri, dar mai ales oameni şi... bere!

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Săptămânalul „Magazin” este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN” S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – *Preşedintă*
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ioana Floria, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

ECHIPA DE SERVICIU:
Responsabil de număr: Dorin Măran
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel./Fax: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI) Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU *Preşedintă a Consiliului de Administraţie* Tel./Fax: 021.317.89.66
GEORGE CUŞNARENCU Redactor şef
DOREL DORIAN, ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN

Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin” S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România Fax: 021.317.89.66

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:
„MAGAZIN” Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: **INTACT S.A.**

Seism la mare adâncime

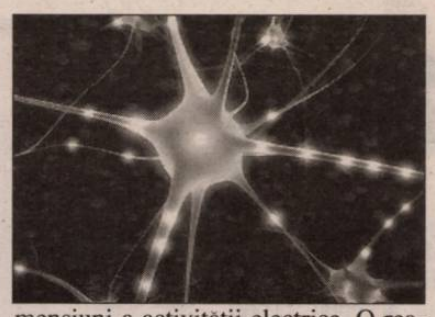
Seismologii americani din cadrul Universităţii din Santa Cruz au detectat (şi măsurat) producerea unui puternic seism declanşat în 24 mai a.c. la mare adâncime în Marea Ohotsk din zona rusească a Oceanului Pacific, rezultatele observaţiilor fiind recent publicate. Astfel de seisme se declanşează la o adâncime cuprinsă între 400 şi 700 de kilometri (după unii seismologi, până la 1000 de kilometri), adâncimi la care presiunea depăşeşte 100.000 de bari. Sunt relativ rare şi mai puţin distructive decât cele produse la adâncimi mai mici.

Cel din Marea Ohotsk s-a produs la 603 kilometri adâncime şi a avut o magnitudine de 8,3º pe scara Richter. Ce mecanisme fizice le generează? Până acum a fost emisă o singură ipoteză viabilă, legată de transformarea şi deplasările olivinei (cristal din silicaţi), principalul material din care este formată mantaua terestră. Sub efectul presiunii, acest mineral ar deveni mai dens, provocând rupturi ale rocilor de la baza mantalei superioare spre litosferă.

A fost măsurată activitatea electrică din sinapse

O echipă de cercetători britanici de la Universitatea College din Londra a pus la punct un procedeu de cartografiere a microstructurilor cerebrale prin intermediul unui dispozitiv de microscopie integrat într-o sondă de talie nanometrică. Deplasând dispozitivul deasupra microstructurii ţintă, a fost posibilă cartografierea acesteia în 3 dimensiuni. Totodată au fost înregistrate şi impulsurile nervoase (electrice) transmise de la un neuron la altul din cadrul „eşantionului". (Curentul electric care traversează neuronii este indus de circulaţia ionilor de potasiu, sodiu şi clorură între interiorul şi exteriorul neuronilor).

Măsurând cantitatea acestora într-un mare număr de puncte, în mod repetat, a fost astfel obţinută o hartă în 3 dimensiuni a activităţii electrice. O realizare excepţională care permite oamenilor de ştiinţă să înţeleagă mai bine modul în care funcţionează creierul nostru.



Picior bionic comandat mental

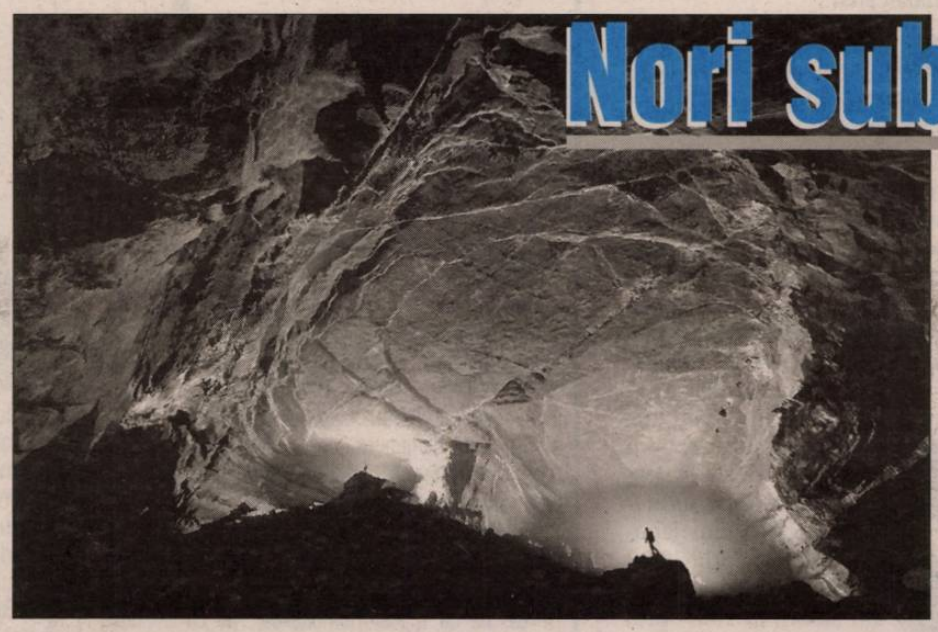
Specialiştii Centrului de medicină bionică din Chicago au realizat o intervenţie chirurgicală fără precedent în cazul unui pacient în vârstă de 31 de ani căruia i s-a amputat, de la nivelul genunchiului, un picior.

În următoarele 36 de ore au reuşit să devieze o parte din nervii motori care au rămas neatinşi (cei implicaţi în mişcarea piciorului amputat) spre zona feselor pentru a asigura reinervarea muşchilor. După realizarea unei proteze adaptate la funcţiile motorii, au utilizat semnalele electrice ale muşchilor fesieri şi ale celor motori care au fost cuplaţi pentru a ameliora controlul mental al protezei dotată cu 13 captatori mecanici. Pe ciot au fost dispuşi 96 de microelectrozi ai căror semnale electrice sunt decodate şi

combinate cu informaţiile ce provin de la captatorii protezei.

Ansamblul de date permite interpretarea intenţiilor pacientului legate de mişcare, care poate păşi normal pe un teren plat, poate urca şi coborî trepte iar odată aşezat, poate detaşa proteza fără ajutorul mâinilor. Doar prin puterea gândului!

Nori sub pământ



O echipă de speologi britanici a descoperit în provincia Chongging din centrul Chinei o impresionantă reţea de peşteri care se întinde pe o suprafaţă de 51.000 m², cu stalactite şi stalagmite uriaşe, ape curgătoare, lacuri cu pereţi acoperiţi de reliefuri „sculpturale" impresionante.

Un uriaş ecosistem, un univers geologic fabulos, cu un sistem climatic propriu, în care se formează nori, ceaţă... Singura cale de acces în peşteră este un tunel strâmt, descoperit întâmplător, care a fost acoperit de un strat de pământ acoperit de vegetaţie.

Vârtejuri oceanice

Imaginaţi-vă o enormă masă de apă circulară cu un diametru de zeci de kilometri, rotindu-se în jurul ei în plin ocean, şi aceasta de-a lungul câtorva luni. O capcană din care nicio vieţuitoare nu poate scăpa. Nici măcar apa. Acest fenomen de coşmar nu este altceva decât un vârtej oceanic, prezent în toate oceanele lumii. Oamenii de ştiinţă au fost mereu interesaţi de identificarea acestui fenomen, de impactul acestuia asupra procesului de schimbare a climei.

O echipă de fizicieni şi climatologi americani şi elveţieni a observat faptul că uriaşele vârtejuri oceanice prezintă unele similitudini cu... găurile negre. În apropierea acestora, conform modelelor informatice, ar exista o regiune denumită „sfera fotonilor"

în care gravitaţia exercitată de gaura neagră este atât de puternică încât fotonii sunt constrânşi să se deplaseze, formând o orbită circulară.

Analizând imaginile realizate prin sateliţi au ajuns la concluzia că vârtejurile sunt circumscrise de circuite de apă care se comportă, deopotrivă, ca nişte bariere ce împiedică vieţuitoarele, în special planctonul, şi apa să iasă din zona turbionară.

Prezenţa circuitelor de apă care se deplasează „în orbită" în jurul vârtejurilor o pune în evidenţă pe cea a acestora. Pentru a verifica aceste observaţii, cercetătorii au pornit în căutarea vârtejurilor în Oceanul Austral, în care astfel de fenomene se produc frecvent.

Rezultatul expediţiei: identificarea a şapte megavârtejuri.

O nouă „poveste" despre TUTANKHAMON

Cauza decesului faraonului Tutankhamon din anul 1323 î.Ch., pe când avea 19 ani, a devenit de multă, multă vreme, din 1922, după ce a fost descoperită mumia, o temă obsedantă pentru foarte mulţi cercetători ca şi cum dezlegarea misterului ar fi aruncat lumini revelatoare asupra unei unui episod din istoria Egiptului antic.

Cei care au beneficiat (financiar) de numeroasele poveşti, documentare, ipoteze au fost cei din mass-media care le-au prezentat şi, implicit (informativ), publicul interesat de subiect. Un subiect cu atât mai palpitant cu cât a fost asociat unui blestem responsabil de o suită de decese, victimele făcând parte din cei care au atins mumia. Cauzele morţii, ipotezele (sau concluziile) argumentate de cercetări ştiinţifice, au făcut carieră. Cele mai plauzibile sunt legate de paludism, de o criză de epilepsie, de o maladie a oaselor de asasinat etc. O serie de indicii au fost însă neglijate de cercetători.

Misterul morţii nefiind dezlegat, cercetările au mers mai departe. Recent, o echipă de specialişti britanici de la Institutul medico-legal din Cranfield a ajuns la concluzia că decesul s-a produs în urma unui accident provocat de impactul unui car, în timpul unei curse, care i-a zdrobit braţele, bazinul, organele interne.

Cercetătorii s-au sprijinit în formularea acestei teorii pe efectuarea de simulări virtuale şi pe faptul că mumia era lipsită de inimă, fapt neobişnuit în cazul faraonilor îmbălsămaţi. Au analizat şi un alt indiciu suspect: aspectul carbonizat al mumiei. În urma analizelor efectuate prin microscopie electronică s-a constatat că, într-adevăr, carnea a fost arsă, la temperaturi de peste 200ºC.

În urma cercetărilor anterioare s-a emis ipoteza conform căreia, după îmbălsămarea rapidă (şi ratată) şi introducerea corpului în sarcofag, uleiurile folosite pentru ungerea corpului ar fi provocat combustia.

Hipotalamus... „dezinformat"

Subiecţii supraponderali mănâncă excesiv în pofida eforturilor de a-şi tempera apetitul. Nevoia de a se îndestula alimentându-se copios este irepresibilă, în caz contrar se declanşează tulburări (suferinţe) somatice şi psihice.

Mecanismele biologice care favorizează obezitatea sunt parţial cunoscute. În cazul persoanelor care nu au tendinţa de a deveni supraponderale, care evită, în general, consumul excesiv de alimente, hipotalamusul reglează apetitul, oscilaţiile de greutate, procesul de alimentaţie, în funcţie de rezervele acumulate, de excesele ocazionale etc. de unele afecţiuni.

După o creştere a greutăţii corporale, acest vigilent coordonator cerebral transmite sistemului digestiv informaţiile necesare pentru inhibarea senzaţiei de foame, subiectul reducând cantităţile de alimente, revenind la greutatea normală. Un fenomen, observat de specialişti care au identificat hormonul foamei – grelina –, produs de stomac şi care acţionează asupra hipotalamusului. În cazul obezilor, grelina are un nivel

foarte scăzut sau acţionează deficitar asupra hipotalamusului. Funcţionează însă eficace la cea mai mare parte dintre subiecţii sănătoşi, dar nicidecum cu precizia unui ceasornic.

În urma cercetărilor recente întreprinse de specialişti japonezi şi francezi a fost identificat mecanismul molecular al acestei hiperfagii paradoxale, al modului deficitar în care grelina acţionează asupra hipotalamusului. Aceştia au observat în sângele unui lot de cobai obezi prezenţa unor anticorpi particulari – imunoglobuline – care recunosc grelina, se „leagă" de ea, încetinind viteza de circulaţie a acesteia spre creier sau afectând-o, scăzându-i nivelul, compromiţând astfel eficacitatea informării corecte şi în timp util a hipotalamusului.

Această descoperire va permite realizarea unor tratamente (în funcţie de proprietăţile diferite ale imunoglobulinelor sesizabile în cazul diferiţilor pacienţi obezi, de procesele metabolice ale acestora şi de existenţa unor afecţiuni, precum, depresia, bulimia etc.). Totodată va fi studiată şi posibila implicare a florei intestinale în interacţiunile care favorizează obezitatea.

Pagină realizată de
DORIN MĂRAN

Bătălia pentru Guadalcanal

Operaţiunea codificată „Turnul de Control" a reprezentat o campanie militară prelungită a SUA şi a aliaţilor împotriva bazelor japoneze din sudul arhipelagului Solomon, din Pacific, în perioada celui de-al Doilea Război Mondial. Principala ţintă a americanilor era insula Guadalcanal (cea mai importantă, unde era situată şi capitala Haniara). Bătălia pentru Guadalcanal a durat de la 7 august 1942 şi până la 7 februarie 1943, când forţele japoneze s-au retras complet din acea zonă. A fost o victorie strategică a aliaţilor care deschidea o largă perspectivă spre înfrângerea totală a Imperiului japonez.

Atacul surprinzător

Victoria aliaţilor în Bătălia pentru Guadalcanal s-a profilat din primele zile ale atacului asupra insulei principale vizate, din noaptea de 7-8 august 1942. Forţele navale şi puşcaşii marini au luat prin surprindere forţele japoneze, care nu se aşteptau la un atac în acea regiune a Pacificului. În consecinţă, locaţia esenţială japoneză a fost pierdută, şi anume aeroportul Henderson.

Simultan, numeroasele forţe navale aliate au atacat şi alte insule ale arhipelagului Solomon (Tulagi, Florida etc.). Ulterior, japonezii au încercat recucerirea acelui aeroport strategic, dar au eşuat. S-au dat mai multe lupte în diverse insule care aveau baze japoneze întăriri. Toate eforturile aliaţilor, şi în primul rând ale SUA, se îndreptau către înlăturarea posibilităţii ca japonezii să ameninţe rutele de transport către sudul Pacificului, şi în primul rând către aliaţii Australia şi Noua Zeelandă.

Bătălia pentru Guadalcanal a stârnit controverse în rândul înalţilor oficiali ai SUA, întrucât Marea Britanie (principalul aliat) susţinea că prioritară este anihilarea Germaniei. Dar faptul că Imperiul japonez afecta grav interesele SUA (şi nu numai) în Pacific a determinat ca amiralul Ernest King să conceapă planul acestei campanii. Dar acest fapt declanşa o competiţie între resursele militare aliate din Europa şi Pacific. Iar generalul George C. Marshall se opunea Operaţiunii Turnul de Control. Dar şefii de stat major ai SUA s-au înţeles în cele din urmă şi amiralii Nimitz şi King au acceptat să atace numai cu forţele navale şi puşcaşii marini. În total, au fost mobilizate 75 de nave de război (grupate în Fiji), care au aplicat – pentru a lua prin surprindere inamicul – tactica poreclită „Rondul de noapte Guadalcanal"... Bătălia decisivă s-a dat în decembrie 1942, apoi japonezii au început retragerea. Abandonarea totală a sudului arhipelagului Solomon s-a făcut la 9 februarie 1943. Trebuie menţionată şi victoria aliaţilor asupra sistemului de aprovizionare militară a japonezilor numit „Tokyo Express", care alimenta bazele japoneze din jurul insulei Guadalcanal.

Debarcarea aliaţilor în Guadalcanal

Începutul sfârşitului pentru japonezi

Victoria strategică a aliaţilor în Pacificul de Sud le-a deschis drumul către centrul acelui ocean şi apoi către insulele din jurul Japoniei. SUA pregătea pas cu pas atacul decisiv asupra capitalei Tokyo şi, în general, asupra „Japoniei terestre". Bătălia de la Guadalcanal a făcut parte din „Teatrul de operaţiuni militare din Pacific", care a fost deschis de politica militaristă a Imperiului japonez în 1931, prin invazia Manciuriei sau, după alţi autori, în 1937, prin al Doilea Război sino-japonez, finalizat cu victoria Republicii Chineze (Republica Populară Chineză a fost proclamată în 1949).

Fotodocument

Debarcarea în Balikpapan

Forţele aliate (în special australiene şi americane) au învins reduta japoneză de pe insula Borneo-Kalimantan (Indiile de Est Olandeze) în bătălia de la Balikpapan din 1-21 iulie 1945. Insula, cu un bun potenţial petrolier, fusese invadată de japonezi în 1942. Această confruntare a aliaţilor a fost ultima înaintea bombardamentelor atomice de la Hiroshima şi Nagasaki (6 şi 9 august 1945). Imaginea surprinde debarcarea amfibiilor americane numite „Aligatori", în cadrul Operaţiunii Oboe.

Astăzi în istorie

21 noiembrie 1694

S-a născut Voltaire

François-Marie Arouet, iluministul care a semnat cu pseudonimul „Voltaire" s-a născut la 21 noiembrie 1694, în familia unui avocat din Paris. A fost educat la un colegiu al iezuiţilor (membri ai „Societăţii lui Iisus", congregaţie romano-catolică înfiinţată de Ignatio de Loyola în 1534), însă atitudinea şi ideile lui Voltaire despre religie îi vor aduce şi necazuri.

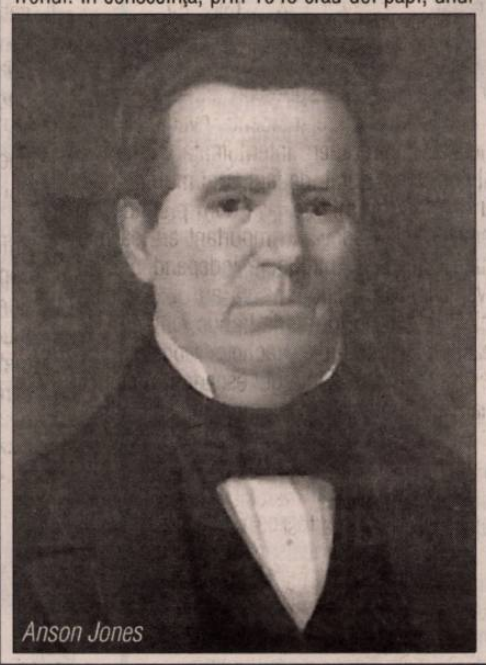
Atras de literatură şi limbi străine, Voltaire şi-a păcălit o vreme tatăl, făcându-l să creadă că vrea să devină avocat. Scrie poezii, dar este trimis să studieze dreptul în Normandia. Acolo descoperă prima iubire, o protestantă (Catherine Olympe), iar tatăl se opune vehement... Îşi începe scrierile satirice la adresa puterii monarhice abuzive şi este închis la Bastilia timp de 11 luni. Acolo a scris „Oedip", tragedie care i-a adus faima. Din 1718 îşi inventează pseudonimul „Voltaire" pentru a scăpa de „Arouet", care se pronunţă la fel ca şi expresia pentru „tras pe roată". Iar „Voltige" înseamnă acrobat la trapez şi pe cal.

Voltaire are o activitate literară şi filosofică excepţională. Dar intră în conflict cu un nobil şi în loc de închisoare preferă exilul la Londra. Este admirativ faţă de monarhia constituţională engleză faţă de cea „absolută" franceză. Îl admiră şi pe Isaac Newton, la funeraliile căruia asistă, deşi era considerat „eretic" de Biserica Anglicană. Îl apreciază mult şi pe Shakespeare, care scrie dinamic, nu ca dramaturgii francezi... Întors în ţară, începe o relaţie de 15 ani cu marchiza de Châtelet, cu care înfiinţează o bibliotecă de peste 21.000 de volume. Scrie enorm şi are şi o corespondenţă foarte prolifică cu Ecaterina cea Mare a Rusiei şi cu Frederick cel Mare al Prusiei... Dar cu acesta se va certa, căci l-a acuzat de abuz de putere (deşi îi dăduse un salariu de excepţie). Fiind în conflict şi cu Ludovic al XV-lea, se mută în Elveţia (Geneva) unde scrie enorm şi este vizitat de numeroşi intelectuali ai vremii. Se întoarce pentru a muri la Paris, după ce a vizionat ultima sa piesă, „Irene". Deşi era în conflict cu Biserica, un preot îl asistă pentru ultimul sacrament, dar întrebat dacă se leapădă de Satan, Voltaire răspunde că nu vrea „noi duşmani pe patul de moarte".

Scurte povestiri cu memorie lungă

◆ ***Un papă cu repetiţie.*** Printre cei şase papi care au abdicat (termenul consacrat) de-a lungul istoriei s-a numărat şi Papa Benedict al IX-lea, care a trăit între 1012 şi 1056. A fost un ocupant foarte interesant al Sfântului Scaun, căci a fost papă de trei ori! Între 1032 şi 1048, Benedict al IX-lea a avut o incredibilă soartă plină cu meandre. A fost ales în 1032, când avea doar 20 de ani (cel mai tânăr papă în funcţie). A obţinut Scaunul prin tatăl său, care era Alberic al III-lea, conte de Tusculum. Cronicile îl descriu în culori sumbre şi se spune chiar că organiza orgii în Palatul Lateran. Din cauza subiectivităţii cronicarilor, aflăm despre Benedict al IX-lea, fie că a fost homosexual, fie că a comis numeroase adultere şi chiar... violuri. Ba chiar se ajunge la afirmaţia că „viaţa sa ca papă a fost inexistentă". În aceste circumstanţe, el a fost alungat din Roma (1036), dar a revenit cu ajutorul împăratului Conrad al II-lea. Opoziţia l-a mai alungat o dată, dar iar a revenit. În cele din urmă, pentru a evita lanţul de scandaluri, naşul său, Ioan Gratian, l-a convins cu o sumă de bani să abdice. A abdicat prima oară în 1045 (cu intenţia de a se căsători), iar papă a devenit Ioan Gratian, sub numele de Grigore al VI-lea.

Peste un an, fostul papă a început să regrete abdicarea şi a revenit în forţă la Roma şi a ocupat Tronul. În consecinţă, prin 1046 erau doi papi, unul recunoscut, altul nu. A trebuit să intervină regele german Henric al III-lea, care i-a împăcat pe amândoi punându-l papă pe un al treilea, Clement al II-lea (pentru că Benedict şi Gratian se înţeleseseră cu bani pentru cele sacre — legătură simoniacală). Numai că Benedict nu s-a potolit şi a venit a treia oară pe Sfântul Scaun în 1047, după ce a murit Clement al II-lea. El a ocupat a treia oară Palatul Apostolic Lateran. Însă trupele germane l-au alungat din nou în 1048. Un an mai târziu a refuzat să vină la procesul de simonie şi fost excomunicat. O vreme a fost căutat, dar Papa Leon al IX-lea l-a iertat. Soarta lui a devenit obscură şi ar fi murit la 43 de ani, după ce a făcut penitenţă la o mănăstire pentru marile sale păcate...



Anson Jones

◆ ***Ultimul preşedinte al Texasului.*** Doctorul, omul de afaceri şi politicianul Anson Jones (1798-1858) a fost cel de-al cincilea şi ultimul preşedinte al Republicii Texas (proclamată în 1836). Uneori, el este numit „Arhitectul Anexării" (adică al alipirii Texasului la SUA). Soarta acestui om născut în Massachusetts şi practicant al medicinei a fost dură în tinereţe, el fiind şi închis pentru datorii. După ce s-a instalat prin mai multe oraşe, încercând să trăiască din meseria de doctor, s-a stabilit în Texas şi a devenit un militant pentru independenţa faţă de Mexic. A fost chiar semnatarul unei Declaraţii de Independenţă a Texasului. A fost apoi activ în confruntările armate cu mexicanii.

Cariera sa a luat o întorsătură radicală când a fost ales preşedintele Texasului, în 1844. Preşedintele SUA, James Polk, voia să anexeze Texasul, dar Jones nu voia să dezbată public acest subiect. El prefera să obţină mai întâi independenţa. Numai că opinia publică voia anexarea cât mai rapidă, şi acest eveniment s-a petrecut în februarie 1846. După o ceremonie emoţionantă (cu steagul Texasului în bernă), Jones s-a retras. A urmat Războiul SUA-Mexic (1846-1848), încheiat cu victoria americanilor.

Anson Jones s-a stabilit în localitatea Brazoria şi aştepta să fie nominalizat pentru Congresul SUA, ca fost preşedinte al unui mare stat american. Numai că în locul său a fost trimis în Parlament Sam Houston, care avusese un mare rol în anexare şi fusese de două ori preşedinte al Republicii Texas. Iar Anson Jones s-a sinucis într-o cameră de hotel.

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Descoperiri aproape de noi

Comunitatea de informaţii urmăreşte ufologii

Robert Hastings (foto), cel care investighează încă din 1973 incidentele OZN la instalaţiile nucleare americane, incidente despre care am scris de mai multe ori în paginile prezentei publicaţii, afirmă că agenţiile de informaţii ale Statelor Unite monitorizează activităţile investigatorilor OZN, o practică pusă în aplicare de către CIA începând din 1953 şi care continuă şi astăzi.

Într-un articol din iulie 2013, Hastings povesteşte despre modul în care a fost el însuşi supravegheat de CIA. În 1973, nu se gândea că activităţile sale ufologice ar putea interesa comunitatea ştiinţifică din SUA. Pe atunci publicul considera că singura componentă a guvernului american responsabilă pentru problemele legate de OZN-uri era Air Force. Azi ştim că în urma valului de OZN-uri din vara anului 1952 deasupra capitalei americane, CIA a organizat, în ianuarie 1953 aşa-numitul „Panel Robertson" care, în concluziile sale, recomanda, între altele, supravegherea şi infiltrarea asociaţiilor dedicate studierii fenomenului OZN. În anii '70 documentele acestui „panel" nu fuseseră încă desecretizate. Ulterior, mai multe documente de acest tip au ieşit treptat la iveală, prin intermediul legii libertăţii de informare (FOIA), dovedind în mod ferm implicarea FBI, CIA şi NSA în colectarea de date despre fenomenul OZN şi despre ufologi.

Hastings considera însă, la început, că sunt şanse reduse ca activităţile sale să fie supravegheate sub acoperire. Naivitatea lui a fost risipită la începutul anului 1982, la scurt timp după ce a început un circuit de conferinţe prin colegii americane, pentru a expune concluziile sale. Aceste prelegeri publice au dus la o acoperire media în numeroase ziare, inclusiv *New York Times,* precum şi în *Associated Press* şi *United Press International.*

Primul indiciu care l-a făcut atent pe Hastings că cineva îl monitorizează a apărut la câteva luni de la prima mediatizare a acestora la nivel naţional. El avea obiceiul ca să înregistreze pe bandă orice interviu cu militarii veterani care descriau OZN-uri manevrând sau plutind deasupra silozurilor cu rachete balistice intercontinentale, zone de depozitare a armelor nucleare sau locaţii similare. Începând din februarie 1982, după fiecare convorbire telefonică cu una dintre aceste persoane, convorbiri înregistrate cu permisiunea lor, a devenit clar că telefonul mai era ascultat şi de altcineva.

Urmărit de FBI

După fiecare interviu, la doar câteva momente după ce închidea aparatul, Hastings primea un telefon misterios de la cineva care nu spunea nimic, deşi putea auzi un zgomot de fond. Apoi, după vreo 30 de secunde, telefonul se închidea. Această ciudăţenie a durat câteva luni şi se petrecea numai după discuţiile cu un veteran care divulga informaţii dramatice despre incidente OZN cu arme nucleare. Nu s-a întâmplat niciodată după un apel la familie, prieteni sau altcineva. Evident, era o încercare de intimidare, sau, cel puţin, un avertisment că oficialităţile ştiu despre aceste convorbiri.

Hastings afirmă că a fost probabil „prea prost pentru a fi speriat", întrucât a continuat să depună eforturi pentru a afla fapte pe care guvernul Statelor Unite le ascundea publicului, referitoare la activitatea OZN în locaţiile cu arme nucleare.

Abia recent a aflat că fusese urmărit de FBI. În 2012, ufologul veteran Larry W. Bryant i-a trimis lui Hastings o scrisoare primită de la FBI, ca răspuns la o cerere FOIA, în care Biroul recunoaşte că evidenţele lor indică existenţa unor dosare de urmărire a activităţilor OZN ale lui Hastings. Cu toate acestea, potrivit scrisorii, căutarea dosarelor propriu-zise nu a avut succes întrucât, aparent, aceste dosare „au dispărut". Nici Bryant, nici Hastings nu cred că această afirmaţie este adevărată.

La ora actuală, Hastings posedă înregistrări de la peste 140 de veterani militari americani. Chiar înainte de a scrie acest articol el vorbise cu o nouă sursă, un tehnician electromecanic la rachetele balistice Minuteman, care a fost martor în 1968 la apariţia unui OZN la baza Air Force Minot. Hastings era totuşi mulţumit, deoarece FBI nu a contactat pe niciunul dintre aceşti martori deci, dincolo de ascultarea telefonului său, nu au existat consecinţe neplăcute pentru cei ce au fost de acord să-i dea declaraţii. Şi, până în prezent, nici nu a apărut nimeni la uşa sa...

Totuşi, într-un caz recent, cineva a aflat mai mult decât era normal despre telefonul său şi comunicaţiile sale e-mail cu un tehnician de rachete Air Force pensionat. Persoana în cauză a făcut câteva anchete în numele lui Hastings, legate de un incident larg mediatizat privind întreruperea comunicaţiilor la rachetele de la baza militară AFB F.E. Warren, din Wyoming,

pe 23 octombrie 2010. În acest scop, el a fost în contact cu câţiva dintre membrii personalului din serviciul activ de întreţinere a rachetelor, care s-au arătat dispuşi să declare ce s-a întâmplat cu această ocazie, când 50 de rachete balistice intercontinentale au devenit temporar indisponibile, deoarece baza nu a mai putut lua legătura cu ofiţerii de lansare care le controlau. Oficial, întreruperea a durat 59 minute şi a fost cauzată de un card de calculator înlocuit în mod greşit într-un procesor de control al armamentului.

Cu toate acestea, persoana de contact Air Force a aflat, de la tehnicienii de întreţinere a rachetelor care au răspuns de echipamente, cu totul altceva despre incident: evenimentul a implicat o întrerupere intermitentă a comunicaţiilor care a durat, de fapt, mai mult de o zi, nu doar 59 de minute, aşa cum pretinde Air Force. Dar cu adevărat important era că mai multe echipe de întreţinere independente, au revenit la bază, raportând că au observat un obiect imens, în formă de trabuc, pe cerul de deasupra câmpului de rachete. Contactul lui Hastings a spus că întregul escadron de întreţinere a rachetelor a fost adunat pe neaşteptate şi avertizat de comandant să nu vorbească despre „lucrurile pe care poate le-au văzut sau poate nu le-au văzut" pe cer. În mod evident, obiectul aerian nu a fost un dirijabil.

Obiect mai mult decât ciudat

Din păcate, spune Hastings, contactul său l-a informat după un timp că doi dintre aceşti tehnicieni de rachete au fost avertizaţi de către superiorii lor, la pensionare, în iunie 2011, că au un „steguleţ" plasat în dosarele lor de serviciu în Air Force, întrucât au difuzat informaţii neautorizate despre acest incident. Acest fapt poate avea ca efect că cei doi vor avea dificultăţi în a găsi de lucru în domeniul aerospaţial după părăsirea serviciului.

Evident, cineva a monitorizat conversaţiile lor prin e-mail cu contactul lui Hastings. Acesta s-a simţit, bineînţeles, foarte neplăcut, chiar dacă omul de contact a prevenit cele două persoane că informaţiile lor vor ajunge la Hastings, care le va folosi ca dovadă privind interacţiunile dintre OZN-uri şi rachetele nucleare.

Într-o situaţie de acest tip, în care personalul Air Force din serviciul activ divulgă informaţii despre prezenţa unor OZN-uri în apropierea locaţiilor cu arme nucleare, Pentagonul devine prizonierul propriei sale politici înşelătoare prin care pretinde că OZN-urile nu reprezintă o ameninţare pentru securitatea naţională a Statelor Unite. Între altele, această afirmaţie oficială — anume că OZN-urile, chiar dacă există, nu reprezintă o ameninţare — este cea care a fost folosită pentru a justifica închiderea studiului OZN al Forţelor Aeriene, Proiectul Blue Book, în 1969.

Cele două persoane care au raportat apariţiile navelor în formă de trabuc şi afectarea celor 50 de rachete balistice intercontinentale, teoretic nu pot fi urmărite penal pentru divulgarea informaţiilor clasificate, deoarece, printre altele, Air Force ar trebui să recunoască, în acest caz, că a luat în serios rapoartele OZN şi a mers atât de departe încât a sfătuit o întreagă escadrilă de rachetişti să nu vorbească despre incident. Mai pe scurt, orice urmărire penală deschisă a celor doi bărbaţi ar risca să aducă sub lumina reflectoarelor mass-media întreaga afacere, conştientizând opinia publică privitor la adevărata natură a evenimentului, ceva ce Pentagonul cu siguranţă nu vrea să se întâmple.

Şi astfel jocul merge mai departe — continuă Hastings — Air Force pretinzând că OZN-urile nu reprezintă niciun risc pentru securitatea naţională a SUA; iar între timp, veteranii vin, încet dar sigur, să reclame prezenţa unor OZN-uri la diverse baze cu rachete nucleare, începând din 1962 şi până, cel mai recent, în 2010, în cadrul unor incidente care au fost prezentate de multe ori doar ca defecte misterioase ale rachetelor nucleare americane. Poate că, într-o zi, publicul se va lămuri care este adevărul.

Cu câteva zile înainte de redactarea acestui articol, Larry Bryant i-a expediat lui Hastings copia scrisorii pe care a trimis-o Agenţiei Naţionale de Securitate (NSA), cerând, în conformitate cu legea federală *„Privacy Act"*, desecretizarea şi accesarea tuturor fişierelor NSA care conţin informaţii cu privire la activităţile lui Hastings ţinând de fenomenul OZN. Acesta este însă convins că, după lungi manevre înşelătoare, NSA va răspunde că nu există astfel de fişiere. Sau, poate, că există, dar sunt de negăsit, la fel ca în cazul dosarelor FBI. Dar indiferent cum va fi, agenţia cu siguranţă nu va fi sinceră.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

În numele Tatălui şi al Fiului...

Între marile taine pe care noi, oamenii, încă nu le pătrundem cu forţa raţiunii noastre de azi se numără, plasându-se pe un loc deosebit de important, cea referitoare la energiile eliberate prin deloc simpla rostire a unor nume. Am spus că nu e vorba despre o simplă rostire, deoarece, pe lângă forţa energetică a cuvântului în sine, oricare ar fi acesta, cuvântul care numeşte o persoană, o entitate — fie ea superioară ori inferioară, benefică sau malefică — conţine incomparabil mai multe capacităţi constructive sau destructive, pe care din păcate ştiinţa ori nu le ia în seamă, ori, pur şi simplu se dovedeşte incapabilă să le analizeze, nicidecum să le explice pe înţelesul omului obişnuit.

Câte nu s-au spus şi s-au scris despre puterea miraculoasă a rugăciunii autentice, despre invocarea numelor divine sau, la polul opus, ale numelor stăpânitorilor şi slujitorilor întunericului şi răului! E ciudat că mulţi oameni cred în farmece, descântece, blesteme şi alte asemenea „făcături", însă prea puţini îşi îndreaptă convingerile şi încrederea către răspunsul la invocaţii al forţelor constructive, divine.

Cu câţiva ani în urmă, am cunoscut personal cazul unui bărbat de religie islamică, grav bolnav, care şi-a încredinţat ultimele speranţe în ştiinţa şi priceperea unui terapeut român creştin care practică metode de tratament de inspiraţie extrem-orientală. În tratamentul propriu-zis, acesta nu utiliza absolut niciun element religios, însă, în cadrul unei şedinţe cu pacientul i-a sugerat acestuia ca, în timp ce el execută procedurile specifice terapiei respective, să rostească o rugăciune, aşa cum ştie el, în legea şi în religia sa. Efectul a fost de-a dreptul miraculos. La finalul şedinţei, pacientul a reuşit să se ridice în picioare, ceea ce nu mai făcuse de ani de zile. Sigur că nu s-a vindecat pe loc, dar acel mister din cuvântul rostit a constituit un adjuvant extraordinar şi incredibil pentru tratarea unei maladii foarte grave.

În ideea sugerată mai sus, invocarea (atenţie: nu numai de către persoanele născute creştine!) Mântuitorului poate avea rezultate pozitive extraordinare, pe orice plan al existenţei noastre.

Un material cel puţin foarte interesant în acest sens ne este prezentat pe www.esoterism.ro, cu exemplificări inclusiv din viaţa cotidiană, pe care cu uşurinţă le putem recunoaşte. De 2000 de ani, mijlocul ideal pentru purificarea unui loc, precum şi pentru purificarea aurei, consta în rostirea celui mai puternic Nume din Terra aurica — Numele lui Iisus Hristos, se spune în materialul amintit. Dacă o singură persoană ar rosti, cel puţin o singură dată pe zi, Numele lui Iisus Hristos — de exemplu, în contextul locului de muncă, acasă, pe stradă — noxele aurice s-ar şterge ca de la sine.

Prin sus-amintita rostire, la părăsirea locului de muncă sau înainte de a ajunge acasă după o zi de muncă, „corpul" sufletului se curăţă instantaneu, eliminându-se posibilitatea defulării violente a încărcăturii emoţionale negative şi a nervilor, acasă ori în alt cadru particular.

În timpul rugăciunii ori a rostirii Numelui lui Iisus Hristos, se activează corpul haric al plaselor mesianice, care curăţă totul. Prin formarea plaselor mesianice, toate petele întunecate de la nivelul aurei unui om ori de la nivelul unui loc sunt eliminate, iar petele maronii (care indică neiertarea pentru greşelile comise) sau petele cenuşii (care indică autoînvinovăţirea) dispar ca prin farmec. Pentru omul zilelor noastre, rugăciunea creştină şi rostirea cu voce tare a Numelui lui Iisus Hristos este medicamentul universal care vindecă orice boală.

Este foarte alarmant faptul că, între atâtea tipuri de medicamente, cărora li se face reclamă prin spoturi publicitare şi în care se investesc bani şi inteligenţă, nu există nicio reclamă care să explice eficienţa supremă a rugăciunii — „simpla rugăciune", cum îi spun unii contemporani, atât de siguri pe realizările erei moderne. Foarte interesant este cazul ateilor care, dacă sunt drepţi şi curaţi, pot începe curăţirea aurei dinspre corpul fizic, iar nu dinspre plasele mesianice. Interesant este şi faptul că ateii (mai corect spus, cei care se consideră atei), dacă pronunţă numele lui Iisus Hristos, rămân curaţi mai mult timp decât cei ce se roagă des; aceasta, deoarece fiind un material „brut", încă neşlefuit, ateii au o inerţie aurică mai mare.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de ştiut

Osteoporoza şi alimentele care o previn

Boală a oaselor, cum este cunoscută, des întâlnită la femei, dar în unele cazuri şi la bărbaţi, osteoporoza este de fapt un dezechilibru fiziologic ce apare ca urmare a inversării raportului dintre calciu, fosfor şi potasiu. Dezechilibrul este accentuat de vârstă, de boli care, încet, dar sigur, vă macină sănătatea. În fapt, osul este un mic univers viu, unde au loc schimburi de sânge, de ioni de calciu, de fosfor şi de potasiu, astfel ca prin echilibrul fosfocalcic, osul, în ansamblul său, în formele sale, să-şi poată îndeplini funcţia de factor de sprijin pentru musculatură.

Pentru ca dumneavoastră să vă puteţi deplasa, trebuie să faceţi mişcări de mare şi mică amplitudine, de echilibru. Omul se cunoaşte după vârsta arterelor sale, dar şi a oaselor care, fiind sănătoase, vă ajută să rămâneţi activi. Prin consumul de alimente bogate în calciu sau în vitamina D, aveţi un regim ce vă va permite să rămâneţi sănătoşi. Se recomandă brânza cu diversele sale sortimente, pentru că fiecare om are un grad de toleranţă propriu la brânză, la factorii de fermentaţie sau la lactoză. Brânza este un aliment ideal, în combinaţie cu peştele. În mese frugale se combină perfect cu roşii sau cu broccoli.

Un pahar de iaurt, cât mai natural, vă fereşte de osteoporoză. Consumaţi dimineaţa un iaurt, sau seara, la culcare, fiind un aliment ideal şi pentru copii şi pentru cei în vârstă.

Datorită particularităţilor lor funcţionale, femeile au nevoie constant de calciu. Absenţa estrogenului sau reducerea producerii lui, odată cu vârsta critică a menopauzei, duc la osteoporoză. În cazul unor accidente banale, când femeia cade, face fracturi diverse, inclusiv de şold, datorită lipsei de calciu, care diminuează rezistenţa oaselor.

Tratamentul este alimentar, simptomatic, medical, hormonal prin stimularea producerii de hormoni estrogeni, genetic, prin încercările de a diminua complicaţiile menopauzei.

Oricum, osteoporoza nu este o fatalitate.

Dr. VALERIU MANTA

Rafinament şi culoare

Negrul, culoarea eleganţei şi a rafinamentului le cucereşte în egală măsură pe femei, indiferent de vârstă. Aşa se face că putem admira fără rezerve ţinutele în care predomină negrul. La fel şi în cazul în care peste un mantou negru, „aruncăm" cu eleganţă un guler din blană colorat (de exemplu, roz).

Pentru a împăca pe toată lumea, creatorii de modă sugerează un look al iernii în culori solare. Aşadar, un pantalon citron se va armoniza perfect cu pulovere de culoare deschisă şi cu un cardigan călduros, purtat cu un guler de blană.

Pentru dumneavoastră, doamnă

Câteva reguli care vă feresc de insomnie

În cadrul unor reuniuni ştiinţifice recente, medicii şi-au manifestat îngrijorarea faţă de faptul că 30% din populaţia planetei suferă, într-o măsură mai mare sau mai mică, de insomnie.

Dintre aceştia, aproape 70% sunt femei. Din păcate, o treime dintre cei afectaţi, deşi conştienţi de efectele nefaste pe care le are insomnia şi care se răsfrâng asupra vieţii şi sănătăţii lor, nu consultă niciodată medicul pentru a li se stabili tratamentul sau remediile necesare.

Dacă insomnia nu reprezintă un simptom al unei maladii diagnosticate, am putea să ne gândim la încălcarea regulilor esenţiale ale unui somn echilibrat. Aşadar, ce ar trebui să ştim pentru a ne odihni corespunzător.

◆ În primul rând, dormitorul nu trebuie să vă amintească de problemele cu care vă confruntaţi în timpul zilei. Fără tabletă şi fără televizor.

◆ Locul patului trebuie ales cu grijă. Apoi, eventualele oglinzi din cameră trebuie amplasate în aşa fel încât să nu vă reflectaţi în ele.

◆ La masa de seară evitaţi carnea grasă şi, în general, grăsimile, şi optaţi pentru orez, cartofi, pâine integrală, alimente care conţin glucide, care au acţiune sedativă asupra sistemului nervos.

◆ Cinele copioase, prea picante sau servite cu mai puţin de două ore înainte de culcare vă pică greu şi vă pot strica somnul.

◆ În privinţa vitaminelor şi mineralelor care favorizează somnul, acestea sunt cele din complexul B, plus magneziul şi calciul.

◆ Temperatura camerei nu trebuie să depăşească 19ºC, iar aerul nu trebuie să fie prea uscat.

◆ Dacă nu reuşiţi să adormiţi, citiţi, beţi un ceai sedativ, o ceaşcă de lapte cald, cu o linguriţă de miere şi, foarte important, uitaţi cu desăvârşire de problemele care îşi aşteaptă rezolvarea în zilele următoare.

◆ Medicii spun că lucrul cel mai important pentru a avea un somn odihnitor este respectarea aceleiaşi ore de culcare. Pentru a reuşi să vă culcaţi la aceeaşi oră, bineînţeles înainte de miezul nopţii, medicii spun că cea mai eficientă soluţie este să vă treziţi dimineaţa cât mai devreme, poate chiar la ora 6.

Dosarele frumuseţii

Sprâncenele şi expresia feţei

Pensate incorect, sprâncenele pot da un aer trist figurii. Orice greşeală schimbă întreaga expresie a feţei. Când sprâncenele sunt prea apropiate există senzaţia de încruntare continuă.

Teoretic, sprâncenele să înceapă de la colţul intern al ochiului. Dacă ochii sunt prea apropiaţi, adică dacă distanţa dintre ei este mai mică decât lungimea unui ochi, se pot pensa 1-2 mm din fiecare sprânceană, la colţurile interioare. Dacă s-a întâmplat să pensaţi prea mult baza lor, mărind astfel distanţa dintre ele şi ochi, puteţi corecta greşeala completând forma sprâncenei cu un creion în aceeaşi nuanţă.

Cele arcuite prea mult dau un aer de severitate. Soluţia este tot creionul special, care vă ajută să acoperiţi locurile rămase goale, din greşeală, până ce sprâncenele cresc la loc. Când sunt prea lungi şi pleoapele ceva mai căzute, datorită conformaţiei lor, se creează o imagine de persoană mereu obosită. Soluţia corectoare constă în pensarea cozii sprâncenelor. Ar trebui să se oprească în punctul unde linia care uneşte rădăcina nării şi colţul ochiului se intersectează cu sprânceana. În cazul pleoapelor căzute, se pensează 1-2 mm din coada sprâncenelor.

Când folosiţi creionul, acesta trebuie să fie foarte ascuţit şi cu el se trasează linii fine în spaţiile care trebuie reparate. Dorind doar să accentuaţi sprâncenele, truc care scoate în evidenţă ochii, nuanţa de creion poate fi cu cel mult două tonuri mai închise decât cea a sprâncenelor.

Gastronomice

Salată de crudităţi

2 salate verzi, 2 legături ceapă verde, o legătură ridichi, ulei, oţet, 2 ouă, 100 g măsline, sare.

Se rup frunzele de salată şi se pun într-un bol. Se adaugă ceapa verde şi ridichile tăiate felii. Se toarnă sosul preparat din ulei, oţet sau zeamă de lămâie şi sare. Se garnisesţe de jur împrejur cu felii de ouă fierte tari şi măsline.

Paste cu ciuperci

250 g paste, 400 g ciuperci, 2 morcovi, 4 căţei usturoi, 50 ml vin alb, ulei de măsline, pătrunjel, sare, piper, caşcaval ras.

Se taie mărunt usturoiul, se dau pe răzătoare morcovii şi se călesc într-o tigaie cu ulei de măsline. Se adaugă ciupercile tăiate mărunt şi se acoperă cu un capac. După ce scade apa, se adaugă vinul, sarea şi piperul, se acoperă din nou cu capacul şi se lasă aproximativ 10 minute. Când este aproape gata se adaugă pătrunjelul tocat mărunt. Pastele se fierb, apoi se strecoară şi se pun peste sosul deja preparat, amestecând bine. Se servesc presărate cu caşcaval ras.

Piept de pui cu mozarella

4 fileuri din piept de pui, mozarella, 3 roşii, oregano, ulei de măsline, suc de lămâie, sare, piper, unt pentru prăjit.

Într-o tigaie se încinge untul, se aşază pieptul de pui condimentat cu sare, piper şi suc de lămâie. Se întorc pe ambele părţi până sunt aproape gata. Roşiile se taie felii se stropesc cu ulei de măsline şi se condimentează cu oregano. Se aşază două-trei felii de roşii pe fiecare bucată de pui şi se acoperă cu o felie de mozarella. Este gata după ce se înmoaie mozarella.

Cubuleţe de peşte prăjit

250 g peşte file, 1 albuş de ou, sare, piper negru, chimion măcinat, coriandru, 1 linguriţă amidon alimentar, 3 linguri ulei.

Peştele se zvântă şi se taie bucăţi potrivit de mici. Albuşul se bate spumă. Se amestecă bine cu sare, toate condimentele şi cu amidonul alimentar. Bucăţile de peşte se dau mai întâi prin albuş, apoi prin amestecul de condimente. Uleiul se înfierbântă şi se prăjesc bucăţile de peşte, pe rând, până devin galben-maronii.

Fursecuri cu ciocolată

250 g unt, o linguriţă zahăr vanilat, 250 g zahăr, 125 g zahăr pudră, 1 ou, 75 g cacao, 2 linguri lapte, 2 linguri făină, 1/2 linguriţă praf de copt, 250 g ciocolată.

Se freacă untul spumă. Se amestecă în unt zahărul, zahărul pudră, oul, cacaua şi laptele. Praful de copt se amestecă bine cu făina, se încorporează în aluat şi la urmă se pun bucăţelele de ciocolată. Într-o tavă tapetată cu hârtie se pun fursecurile cu lingura şi se coc la foc potrivit.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

„Imperiul celest”

„Renaştere”, „Vârstă de aur”; „Intrare în lumea modernă”, sunt titluri apreciative ce abundă sub pana istoricilor care se referă la epoca de înflorire a Chinei din timpul dinastiei Song (960-1279) când cea mai mare parte a Chinei Centrale a fost reunificată şi când a fost realizat un puternic şi eficace sistem administrativ, pe fondul unei puternice expansiuni demografice şi al construcţiei unui mare număr de cetăţi.

S-au extins schimburile comerciale, preocupările celor aleşi spre cunoaşterea ştiinţifică şi a dezvoltării culturale, s-au produs realizări excepţionale în domeniul inovaţiilor tehnice, premise fundamentale pentru înflorirea civilizaţiei Song.

China a mai cunoscut perioade de apogeu în timpul dinastiei Han (206 î.Ch. – 220 d.Ch.) şi al dinastiei Tang (618-907) dar, evident, incomparabile cu cea a dinastiei Song, şi aceasta în vreme ce Europa bâjbâia în mediocritate, semiîntuneric. În Franţa, de pildă, oraşele se complăceau în „somnolenţă”, activitatea negustorească era palidă, asemenea preocupărilor legate de ştiinţă şi tehnică.

Între secolele al X-lea, şi al XIII-lea, imperiul s-a extins până în Coreea şi Asia Centrală. Agricultura a fost practicată pe suprafeţe imense.

A fost continuată săparea Marelui Canal (lucrările care au debutat în anul 605 urmau să lege fluviul Galben de provincia Yangzi). Capitala Chang'an, aflată la extremitatea Drumului Mătăsii, era „invadată” de negustori indieni, perşi şi arabi interesaţi de obiectele din ceramică, în special de cele din porţelan, de mătase, ceai, de produsele de orfevrărie...

Cultura ia o amploare remarcabilă odată cu apariţia unei pleiade de istorici, filosofi, poeţi. Ştiinţa şi medicina prosperă. Autorităţile au instituit un sistem de examene, foarte bine pus la punct, pentru selecţionarea în diverse domenii importante de activitate, în special în funcţiile publice, a celor care dădeau dovadă de cunoştinţe de specialitate, aptitudini etc. pentru ca aparatul birocratic să susţină ferm şi eficace economia şi, implicit, întărirea puterii.

Sub presiunea invaziilor barbare din nord, milioane de chinezi se stabilesc în teritoriile imperiului. Sunt practicate culturi de orez, grâu, orz cu recolte bianuale – şi aceasta datorită specialiştilor agronomi – care se întindeau pe suprafaţe de peste 50 de milioane de hectare începând cu secolul al X-lea. În zonele de sud-est se extind plantaţiile de trestie de zahăr, citrice, de bumbac etc.

Specialiştii au făcut adevărate minuni, la acea vreme, în agronomie. Au fost selecţionate mai multe varietăţi de orez, cu germinaţie timpurie, au perfectat tehnici de altoire a plantelor, au fost realizate ample reţele de irigaţie...

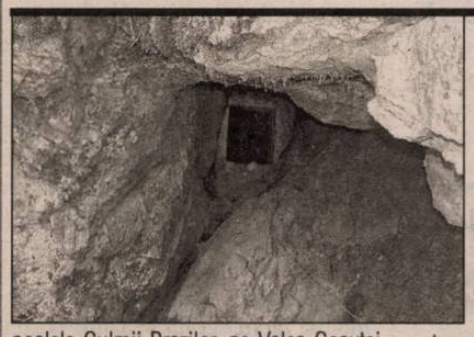
Produsele agricole erau comercializate în interiorul imperiului fiind destinate totodată, în cantităţi uriaşe, exportului, la care se adăugau metale – aur, argint, plumb, magneziu – hârtie, ceramică. China importa cai din Tibet pentru a-şi întări cavaleria, sulf pentru praful de puşcă folosit deopotrivă pentru tunuri, mirodenii din Arabia, fildeş din India, perle, plante medicinale, piei de animale sălbatice din Asia de sud-est... *(Va urma)*

DORIN MĂRAN

Drumeţii şi popasuri

IZVERNA
perla Mehedinţiului

Ca să ajungi la *Izverna* trebuie să te laşi copleşit de gândul că muntele îţi va sta alături şi că oamenii crescuţi pe aceste locuri, deloc blânde, au un fel de-a fi care nu te lasă să-i uiţi. Pe drumul judeţean 670, Floreşti-Negoieşti-Baia de Aramă-Ponoare-Marga, localităţi tot atât de pitoreşti ca şi Izverna, după ce ai trecut de Turtaba, te va „întâmpina” o plăcuţă pe care stă scris: Izverna, 6 km. Respiri adânc şi cu sufletul împăcat că vei poposi într-un sat răsfirat la poalele Culmii Brazilor, pe Valea Coşutei, într-o zonă mirifică, ajungi la Izverna. Munţi, dealuri, păduri, păşuni, peşteri şi izvoare cristaline, formaţiuni stâncoase dintre cele mai variate, toate acestea au ţinut, de-a lungul vremurilor, localnicii pe aceste locuri iar pe călătorul, dornic de-a poposi pe un tărâm de poveste, l-au bucurat cu linişte şi aer curat, trezindu-i dorinţa de-a reveni.



Izverna este o aşezare risipită în nordul judeţului Mehedinţi, aproape de paralela 45, latitudine nordică, la limita dintre Podişul Mehedinţi şi munţii cu acelaşi nume. La nord-vest îi stă de strajă Valea Cernei, iar Vârful lui Stan din munţii Mehedinţi domină întreaga comună. Istoria acestei aşezări este destul de frământată şi poate fi aflată fie de la bătrânii satului, care încă au răbdarea de-a povesti tot ce ştiu despre trecutul vetrei satului lor, fie din documentele aflate în posesia celor „din capul trebii”, vorba lui Sorescu. Pe teritoriul acestei pitoreşti aşezări veţi putea vedea o moară, veche de peste 300 de ani, sau veţi afla legenda Peşterii Izverna, aflată la capătul comunei, în Dealul Peşterii. Peştera a fost explorată pentru prima oară de biospeologul C.N. Ionescu, în 1914. Din această peşteră porneşte cel mai mare izvor carstic din Munţii Mehedinţi, fiind una dintre cele mai renumite peşteri din Europa pentru practicarea speologiei subacvatice, fiind filmată şi de renumitul J.Y. Cousteau.

Peştera Izverna este un punct de atracţie nu numai pentru turişti ci şi pentru căutătorii de comori care încă mai cred în legenda învăluită în mister. Se spune că în adâncurile peşterii ar fi fost îngropat tezaurul Serbiei, pe vremea când cei doi prinţi moştenitori, Mihail şi Milan Obrenovici se certau pentru tron în a doua jumătate a secolului al XIX-lea. Cum Mihail pusese mâna pe tron, Milan a încercat să ajungă cu tezaurul naţional în Polonia, dar s-a decis să o îngroape în adâncurile Peşterii Izverna. Poveşti multe există pe seama acestei legende iar oamenii locului sunt mereu dispuşi să trezească curiozitatea celor ce se opresc din drum şi să le asculte.

La Izverna e atâta linişte încât zborul păsărilor se aude ca un cântec nesfârşit. Toamna se instalează cu o bogăţie de culori neobişnuită iar iarna, zăpada îşi aruncă albul imaculat peste întregul munte, lăsând lumea să-şi continue viaţa. Când primăvara îşi anunţă venirea, prin mai, în satul Turtaba ce aparţine Izvernei are loc o nedeie a mehedinţenilor, numită Târgul de la Turtaba, o sărbătoare de poveste. Sat frumos, sat de munte cu poveşti şi amintiri nemuritoare.

IOANA FLORIA

Amprente ale spiritualităţii

Mănăstirea Piatra Sfântă

Aflată în apropiere de municipiul Iaşi, în satul Pietrăria, comuna Bârnova, Mănăstirea Piatra Sfântă a fost cunoscută iniţial sub numele Schitul Tărâţă.

Este o mănăstire cu obşte de călugări având hramul „Adormirea Maicii Domnului”.

Începuturile locaşului se leagă de retragerea unor călugări pentru rugăciune, creând o adevărată sihăstrie în apropierea pietrăriei de deasupra Socolei. În prima jumătate a secolului al XVIII-lea, mai exact în 1721, filantropul ieşean Dimitrie Bosie a donat aici un teren pentru îngroparea celor morţi de ciumă. El a ridicat şi o biserică de lemn cu hramul Buna Vestire, locaş care în 1732 a fost înlocuit cu unul din piatră şi lemn construit de meşterii trimişi de Grigore Ghica. Totodată domnitorul a înzestrat noul schit cu multe dintre cele necesare atât oficierii serviciului divin cât şi vieţii călugărilor.

În 1733, Constantin Nicolae Mavrocordat oferă noi danii iar în 1741, Grigore Ghica, revenit la domnie, le întăreşte şi adaugă daruri pentru sărbătoarea Bunei Vestiri, hramul aşezământului. Schitul începe să se ruineze devreme dar călugării cu ajutorul domnitorului Matei Ghica, ridică în locul acestuia o biserică din piatră care primeşte şi hramul „Adormirea Maicii Domnului”.

În 1761, domnitorul Ioan Teodor Calimachi transformă întregul aşezământ într-un spital pentru bolnavii de ciumă, construind şi o serie de case pentru bolnavi. Aşezământul funcţiona sub supravegherea atentă a Mănăstirii Sfântul Spiridon din Iaşi. Denumirea „Schitul Tărâţă” provine de la numele unui funcţionar din Iaşi care la 5 martie 1779 a donat, prin testament, întreaga sa avere schitului.

În 1836, Dumitru Braşoveanu, din satul Pietrăria, a adăugat bisericii un pridvor scund, acoperit cu arce, data lucrării şi numele respectivului credincios fiind menţionate în pisania cu litere chirilice din dreapta intrării.

În 1913 s-au făcut importante lucrări de întreţinere, prilej cu care a fost înlocuită pardoseala şi s-a schimbat catapeteasma. În anul 1941 s-a renovat pridvorul şi s-a văruit biserica dar în 1959, ca urmare a Decretului 410, viaţa monahală a fost întreruptă şi locaşul a devenit biserică de mir. Cutremurul din 1977 afectează grav biserica fiind reparată cu mari eforturi.

Schitul a fost redeschis în 1990 ca mănăstire de călugări şi biserica a fost reconstruită cu hramul „Adormirea Maicii Domnului”. Denumirea „Piatra Sfântă a primit-o în 1998 de la mitropolitul Daniel Ciubotea, actualul Părinte Patriarh, având în vedere apropierea de zona numită „Pietrărie”.

În prezent s-a construit o nouă biserică din zid cu hramul „Naşterea Maicii Domnului”. Biserica este modestă, înălţată din piatră, cu acoperiş de tablă cu şarpantă. Este ridicată după un plan treflat, cu o turlă-clopotniţă deasupra pronaosului. Interiorul este ornat cu arcaturi moldoveneşti şi nu a fost pictat niciodată. Catapeteasma este cea din 1913 şi în inventarul bisericii se păstrează câteva cărţi de o deosebită valoare.

Mănăstirea păstrează un veşmânt al Sfintei Parascheva şi o părticică din moaştele Sfintei Cuvioase Marcela, dar al unui locaş din Grecia.

IRINA STOICA

Diana, vis de noapte luminoasă

Trei splendide zeiţe se jură că nu se vor mărita niciodată. În mitologia romană, acestea au fost înţeleapta Minerva (echivalată cu Atena), Vesta (focul sacru) şi dinamica Diana. Oare această decizie a lor a însemnat o apropiere mare mare de oameni?

Diana — al cărei nume provine din denumirile latineşti pentru zei şi pentru lumină — are o particularitate specială, pusă în evidenţă de scriitorii latini Varro şi Cicero: ea reprezintă (sau este direct legată de) lumina Lunii. Nopţile luminoase sunt cele în care, probabil, mamele îşi aduc pe lume pruncii. Zeiţa este şi protectoarea femeilor care vor să rămână însărcinate şi care o venerează pentru a avea o naştere cu dureri cât mai mici. Însă frumuseţea asocierii Dianei cu lumina Lunii are şi un vechi secret al unui „zeu printre oameni" (denumire care îi separă de „dei otiosi" adică de zeii ascunşi şi fără scop precis). Frumoasa şi blânda Diana ştie graiul animalelor şi se poate apropia de ele pentru a le ocroti viaţa (în special a celor vulnerabile în faţa prădătorilor feroce). Iar multe dintre acele necuvântătoare ies din adăposturi noaptea. Iar Diana nu se sperie de întunecimea pădurilor şi se duce la întâlnirile de taină cu cerbi, iepurii şi alte vietăţi care au încredere în ea. De altfel, unele legende spun că stejarul este pomul sacru al Dianei şi de aceea creşte atât de falnic.

Diana, sec.II, Roma

Această frumuseţe a panteonului roman nu este o zeiţă „oarecare", ne spune mitograful James Frazer, căci ea există de la înfiinţarea Cetăţii. Ea ar fi intervenit atunci când regele sabinilor, Titus Tatius ar fi cucerit Capitoliul (doar cu sprijinul trădătoarei Tarpeia, o fecioară supărată că nu este băgată în seamă). Iar Tatius şi regele Romulus s-ar fi împăcăt în cele din urmă, spre binele Romei. Un secol mai târziu, ca semn de recunoştinţă, regele Servius Tullius i-a dedicat un templu pe Colina Aventină şi un festival pe 13 august.

Există suficiente informaţii, unele contradictorii, din care marii maeştri să se inspire pentru pânzele lor. Tiziano a fost mai impresionat de lumina Lunii şi puterea Dianei de a vorbi cu animalele. Alţi pictori importanţi au subliniat faptul că virginitatea Dianei îi conferă o aură religioasă şi în multe scene mitografice apare însoţită de co-

Diana la baie, Boucher

Diana, Giampetrino

pilaşi cu alură de îngeri. Numele Dianei apare şi în Noul Testament (Faptele Apostolilor), când este invocată de un efesian (cel puţin în New British Bible)...

Venerarea Dianei se făcea în mai multe temple de pe teritoriul Italiei — Tusculum, Tibur, Lavinium — cât şi în Portugalia, la Evoria. Mulţi pictori au văzut în ea un model pentru nudul plin de senzualitate, dezvoltând o temă foarte apreciată în secolul XIX, şi anume femeia care se îmbăiază. Capodopera lui Boucher este una emblematică pentru acest subiect preluat de impresionişti.

Diana, Renoir

Există autori care ar fi vrut să anuleze cultul virginităţii Dianei şi au asociat-o cu Janus, zeul cu două feţe pe care romanii l-au identificat cu luna ianuarie. Însă puritatea zeiţei a triumfat şi multe mişcări feministe o folosesc ca stindard. Pe lângă faptul că este îmbrăcată cu o tunică de vânătoare, precum un bărbat, curajul Dianei a fost preluat (legitim sau nu) de unele mişcări neo-păgâne precum stregheria („vrăjitoria", în Italia) şi Wicca (feminism păgând, în SUA). Dar acestea nu pot afecta frumuseţea clasică a Dianei.

Record cu uniciclul

Cea mai lungă săritură cu un uniciclu a fost realizată de austriacul David Weichenberger, în septembrie 2006. Istoria recentă a acestui tip de vehicul cu tracţiune umană este plină de surprize. A fost inventat şi „multiuniciclul", la care trei roţi suprapuse suportă pe o a patra, care este acţionată de om. De asemenea, „uniciclul-girafă" este folosit pentru spectacole de circ, în special de către jongleri.

ZIGZAG în timp şi spaţiu

◆ ***Ţapul de sacrificiu.*** Un străvechi obicei, la nivel micro şi macrosocial, scoate în evidenţă expresia „ţap ispăşitor" ca fiind eticheta purtată de o persoană nevinovată pentru un necaz care afectează, de regulă, mai multe persoa-

ne. Puţini ştiu că această tradiţie (care doar aparent este una specific românească) are origini biblice. În cadrul unei solemnităţi religioase de Yom Kipur (cea mai mare sărbătoare iudaică), un înalt preot are la dispoziţie două capre: una de sacrificiu şi alta pe care-şi aşează mâna, confesând păcatele; aceasta din urmă va scăpa, fiind alungată în sălbăticie (deşi Talmudul spune că va fi aruncată de pe stânci). De aici a izvorât imaginea peiorativă a ţapului, iar englezul William Tyndale, când a tradus Vechiul Testament (1530), a confundat termenul ebraic „Azazel" (infern) cu termenul aramaic „Ezozel" (ţapul de sacrificat). Unii teologi creştini au văzut în „ţapul ispăşitor" din Vechiul Testament o prefigurare a lui Iisus Christos, care a preluat asupra sa păcatele omului. Însă Resurecţia lui Iisus (Paştele) demonstrează tocmai faptul că era nepătat.

Să recunoaştem că tradiţia ţapului ispăşitor „convine", de multe ori, mai multor grupuri de oameni, poate chiar unei societăţi întregi. Un exemplu tragic este cel al nazismului, care prin propaganda sa agresivă a făcut din evrei ţapul ispăşitor al problemelor germanilor. De asemenea, la nivel familial, dacă se întâmplă ceva rău, trebuie să cadă anatema pe cineva anume, ca un fel de exonerare de răspundere a celorlalţi. Este, evident, o formă de înscenare psihologică. Cel mai crunt exemplu din sport este cel al fotbalistului columbian Andres Escobar, care, după ce şi-a dat autogol la Campionatul Mondial din 1994, a fost împuşcat pentru că ar fi determinat eliminarea Columbiei din competiţie.

◆ ***Cocoşatul din Veneţia.*** Dacă treceţi prin Veneţia, opriţi-vă preţ de-o clipă la statuia Il Gobbo din Rialto (Cocoşatul din Rialto), care se află în sestiera San Polo (sestierile sunt diviziuni sau sectoare ale Veneţiei, atunci când sunt în număr de şase; dacă sunt patru, se numesc quartieri – de unde şi denumirea românească de cartier). Rialto este în partea estică a Oraşului Lagunei, iar statuia cocoşatului – un cerşetor dezbrăcat, stând pe vine – are un simbol aparte. Sculptorul Pietro da Salo a realizat-o în 1541 cu un scop social cât se poate de precis: dacă ai comis vreun delict minor (furtişag,

agresiunea verbală adresată unei doamne, ai aruncat gunoi pe stradă sau în apă etc.), trebuie să te duci la statuie şi s-o pupi, după care trebuie să faci un marş din Rialto până-n Piaţa San Marco, prin faţa mulţimii adunate pentru a te batjocori. Desigur, fapta delincventului este cunoscută de toată comunitatea, în special prin eficientul procedeu numit bârfa.

Tradiţia aceasta cu nuanţe hilar-punitive era atât de puternică în epocă, încât însuşi Shakespeare face aluzie la ea în piesa „Vânzătorul din Veneţia", prin personajele Bătrânul Gobbo şi Launcelot Gobbo (Gobbo=Cocoşat).

◆ ***Ce nu ştiai despre tine:*** dacă ar fi însumate, sărutările prestate într-o viaţă de om ar dura aproximativ două săptămâni; omul produce, în 70 de ani de viaţă, o cantitate de salivă care ar putea umple două piscine de dimensiuni medii; în integralitatea lui, corpul uman conţine aproximativ 70 la sută apă, dar creierul face excepţie, el având 85 la sută; nou-născuţii au 300 de oscioare, iar adultul are 206, pe numărate; una din urmele care ne individualizează (ca o iscălitură) pe fiecare este cea a limbii, dar nu cred că vom vedea prea curând oameni dând cu limba pentru a face un credit; picioarele au aproape 250 de mii de glande sudoripale, fapt care pe unii îi copleşeşte...

Cuplu de „bancheri"

Pentru perioada „criminalităţii romantice" din SUA, perechea Bennie şi Stella Dickson a fost întotdeauna eclipsată de celebrul cuplu Bonnie şi Clyde, şi asta pe nedrept. Singurul motiv al ignorării poate acela că Bennie şi Stella au apărut pe „scenă" după moartea faimoşilor eroi sus-pomeniţi (adică în 1934), iar sărmana Stella nu a scris nici un „poem" dedicat vieţii ei zbuciumate (aşa cum a făcut „talentata" Bonnie Parker). Partenerul Stellei a fost împuşcat în 1939, iar ea a trăit până în 1995.

Cei doi Dickson au luat-o de timpuriu cu jefuitul băncilor. Bennie, probabil la 20 de ani, s-a însurat cu Stella, de 16 ani, în 1938. Ambii sărăntoci şi-au propus să facă avere pe seama lipsei de securitate adecvată a băncilor din acea perioadă. Astfel, chiar în anul

mariajului şi chiar de ziua de naştere a nevestei, cei doi au dat o lovitură de 2.174 dolari (sumă măricică la acea epocă), în statul South Dakota. Văzând că funcţionarii şi clienţii ascultă fără crâcnire de armele lor (Stella participa activ, spre deosebire de Bennie), cei doi au repetat figura doar două luni mai târziu, în aceeaşi zonă. De data asta potul a fost magnific: aproape 50 de mii de dolari.

Dar spectaculozitatea acestor gansteri nu se manifesta doar în interiorul băncii (unde Stella ţinea oamenii încremeniţi cu pistolul şi răcnind la ei cu voce îngroşată), ci şi în timpul urmăririi. Maşinile poliţiei reuşeau să se ţină după ei o vreme, însă la un moment dat intervenea salvatoare Stella. Pare incredibil pentru o adolescentă, dar ea reuşea să ţintească cu mare precizie în cauciucurile vehiculelor din spate — fapt pentru care a fost poreclită de presă „Sure Shot" (un fel de „punct ochit, punct lovit").

Bennie şi Stella nu uitau să fie romantici. Pentru a deruta poliţia, ei obişnuiau să ocolească localităţile şi dormeau în natură, în păturI şi încălzindu-se la un foc mocnit de vreascuri, precum cuceritorii Vestului de altădată. Şi, spre deosebire de Bonnie şi Clyde, ei nu trăgeau ca să omoare poliţiştii, ci scăpau luând ostatici. Tocmai de aceea, când a fost prinsă (după împuşcarea lui Bennie la o tonetă cu hamburgeri), Stella a fost condamnată la doar 10 ani, făcând opt.

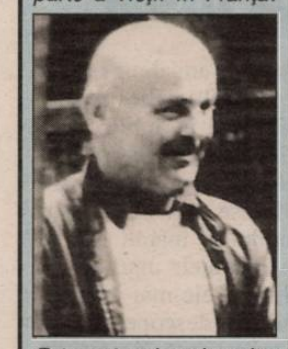
A fost eliberată la 26 de ani şi avea toată viaţa înainte. A devenit patroană de băcănie şi femeie respectabilă care schimba bărbaţii ca pe batiste.

Pagină realizată de
PAUL IOAN

Știați că...

◆ *...prin Masnawi se înțelege o formă de poezie persană? Este alcătuită din distihuri.*

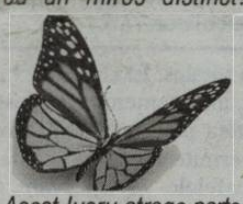
◆ *...George Apostu a fost un renumit sculptor român (1934-1986), stabilit în ultima parte a vieții în Franța?*



Este autorul mai multor lucrări în lemn și în piatră, printre care suita „Tată și fiu", o prelucrare sculpturală a motivului arborelui vieții.

◆ *...„complotul din iulie 1944" a fost o încercare nereușită de a-l elimina pe Hitler? Coordonatorul acesteia este considerat contele Graf von Stauffenberg.*

◆ *...unii fluturi au pe aripi mici puncte cu un miros distinct?*



Acest lucru atrage partenerii de împerechere.

◆ *...genul cel mai obișnuit de muzică laoțiană se numește mor lan? Cântăreții cutreieră satele și interpretează, acompaniați de klen (un fel de armoniu), cântece fără perdea, inserând bârfe locale și fragmente din vechi legende.*

◆ *...muzeul „Astra" din Sibiu prezintă peste 300 de construcții? Este pe locul doi în*

lume în topul celor mai mari muzee în aer liber.

◆ *...puritatea aurului se măsoară în carate? Caratul este un indice pentru conținutul în aur al aliajelor acestuia, exprimat prin numărul părților de aur în 24 de părți de aliaj.*

Știați că...

Castelul Moritzburg

Aflat în Germania, la 13 kilometri de Dresda, capitala Saxoniei, Castelul baroc Moritzburg, cu cele patru turnuri rotunde din colțuri, a fost ridicat pe o insulă artificială, întregul ansamblu fiind realizat după o simetrie perfectă. Numele său vine de la Ducele Moritz de Saxonia care între 1542-1546 a ridicat aici un mic palat, o construcție destinată găzduirii vânătorilor regale.

Palatul a fost extins de Johan George al II-lea de Saxonia. Între 1661-1671 s-a construit aici o capelă după desenele arhitectului Wolf Caspar von Klengels, așezământ care a devenit un exemplu de baroc timpuriu. Capela a fost consacrată ritualului catolic, după

ce August cel Puternic, nepotul lui Johan George al II-lea, a îmbrățișat catolicismul. El a cerut reconstruirea întregului castel, lucrările fiind executate de arhitecții Matthäns Daniel Pöppelmann și Zacharias Longuelune între 1723-1733. Cu acest prilej a fost realizat și un

parc oficial cu câteva iazuri și canale. Împrejurimile au fost sistematizate ulterior, la sfârșitul secolului al XVIII-lea, de Frederick Augustus al III-lea de Saxonia, strănepotul lui August cel Puternic.

Între 1770-1776 s-a construit micul Castel al Fazanului, s-a extins parcul și au fost realizate „Fântâna lui Venus" și un mic port cu un far, pe malul lacului. Ultimul dintre principii care au locuit aici din 1933 a fost Ernst Heinrich de Saxonia, care, în 1945, a fost deposedat de eleganta reședință de puterea sovietică.

Interiorul castelului este mobilat elegant, decorul reprezentând opulența barocă din timpul lui August cel Puternic. Pereții sunt acoperiți din secolul al XVII-lea cu un tapet cu motive aurite desenate pe piele și multe camere sunt decorate cu obiecte amintind vânătorile regale.

Pe această linie se înscrie colecția de coroane de cerb din sufragerie. Sunt expuse de asemenea și alte trofee cu o vechime între 270 și 400 de ani. Cele care primează rămân însă coarnele de cerb, cel mai greu dintre ele cântărind 19,8 kilograme și având o lungime de aproape doi metri.

În 1723, August cel Puternic a cumpărat patru tapiserii pentru baldachinul din dormitorul său din Palatul japonez. Erau decorate cu peste un milion de pene de fazan, păun și găini de Guineea, toate încorporate în țesătura de pânză.

Mai târziu acestea au fost atârnate în „Camera Penelor" și în 1830 au fost mutate în Castelul Moritzburg.

Există aici și o bogată colecție de porțelanuri chineze, japoneze sau „de Meisen", toate pictate de mână și înfățișând scene mitologice sau de vânătoare, motive animale sau altele sugerând această îndeletnicire atât de dragă celor care au locuit aici. Apartamentele sunt de o eleganță rafinată. În jur de 11 camere sunt acoperite încă de vechiul tapet de piele, atent restaurat, iar pușile de vânătoare, expuse aproape peste tot, sunt minunat gravate având decorații de argint. Tot mai mult argint este folosit și în dormitoarele regale, copii după cele din Palatul Versailles dar realizate la Augsburg.

În 1728 parcul căpătase deja o formă de U prin extinderea spre nord și grădinile concepute în stil franțuzesc aveau o suprafață de 230 pe 150 metri. Totul era asemănător altor parcuri regale europene. În secolul al XVIII-lea au fost aduse aici plante rare, dând peisajului un aspect romantic.

După moda vremii, în 1787, la intersecția unor poteci a fost ridicat un pavilion destinat petrecerilor vânătorești, cunoscut sub numele de „Casa Gladiolei", realizat după desenele lui Johan Daniel Schade, și, din nefericire, ruinat devreme. Iazul care înconjoară insula pe care a fost ridicat palatul a fost obținut prin unirea altor patru iazuri mai mici și a devenit un loc deosebit de îndrăgit și de pescari, în special pentru amatorii de crap.

Simboluri ale umanității

Sfânta Miercuri

Asociată cu alte „sfinte" din tradițiile românești – Sfânta Vineri, Sfânta Duminică – Sfânta Miercuri este și ea o divinitate folclorică, având de cele mai multe ori o înfățișare monahală. În unele variante nu este o călugăriță, ci numai o femeie bătrână care locuiește în chilii sau în anexele unor palate, dar, de cele mai multe ori, stă într-o căsuță în mijlocul codrului. Cel mai frecvent o întâlnești în Țara Frigului și întotdeauna – călugăriță sau nu – este îmbrăcată în alb. Are puteri miraculoase, îngrijește cu multă dragoste tot felul de orătănii și îi primește la ea pe călătorii rătăciți.

Are un tezaur de obiecte magice și multe dintre ele sunt dăruite celor care îi pășesc pragul. Sunt lucruri cu adevărat miraculoase: o furcă de aur care toarce singură, mere de aur, perii care aruncate îndărăt se prefac în păduri.

Asemenea celorlalte sfinte poate aplica și pedepse asupra celor care îi încalcă dispozițiile.

Dragoș și zimbrul

Monumentul este plasat în Piața Centrală a Municipiului Câmpulung Moldovenesc.

Este realizat în bronz, așezat pe un soclu placat cu travertin.

Îl înfățișează pe Dragoș Vodă călare, având în mână un buzdugan cu care este gata să lovească un zimbru care îl atacă.

Statuia are o înălțime de 4,06 metri, a fost dezvelită în 1978 și este opera lui Ion Jalea.

Pagină realizată de
IRINA STOICA

„Jucărie" veche de peste 100 de ani

Un grup de pescari din Fâşia Gaza a descoperit în epava unei nave maritime engleze, scufundată, probabil în timpul Primului Război Mondial. Este posibil ca nava să fi fost utilizată împotriva otomanilor care controlau, în acea vreme, Palestina.

Cu sprijinul armatei şi cu eforturi considerabile, tunul a fost adus pe uscat fiind expus, deocamdată în aer liber, unde a atras interesul a sute de curioşi, în special copii pentru care a devenit un obiect de joacă. După recondiţionare, va fi expus într-un muzeu. *(D.M.)*

Rubens la Gherla

În România, la ora actuală, există trei tablouri semnate de celebrul pictor flamand Paul Peter Rubens. În timp ce primele două se găsesc la Muzeul Brukenthal din Sibiu, al treilea se află într-o biserică catolică dintr-un oraş transilvănean. Este vorba despre tabloul „Coborârea lui Iisus de pe Cruce", aflat în catedrala armeană din Gherla. Tabloul are o istorie tumultoasă. Napoleon, după jefuirea Romei, şi-a însuşit pânza, pe care a pierdut-o însă, aceasta ajungând în mâinile piraţilor englezi, care i-au dat-o regelui lor. Acesta i-a făcut-o cadou împăratului austriac.

Ceva mai târziu, împăratul austriac Francisc I a cerut ajutor bănesc armenilor din Ardeal. Drept recompensă, el a fost de acord să le dăruiască orice pictură aflată la vremea respectivă în galeriile imperiale. Armenii au ales pânza lui Rubens. Aceasta a fost expusă în catedrala armeană din Gherla, de unde a fost transportată, în 1944, în Ungaria. În anul 1952 pictura a reintrat în posesia statului român, fiind adăpostită la Cluj.

Ulterior, la cererea oficialităţilor oraşului Gherla, la 22 decembrie 1999, pictura s-a reîntors în catedrala armeană din acest oraş cu foarte puternice legături în comunitatea minorităţii creştine respective. Să mai adăugăm, cu titlu informativ, că în prezent tabloul valorează 16 milioane dolari. *(A.N.P.)*

Divergenţă casnică

O fetiţă de 7 ani dintr-un sat din apropiere de Bruxelles se distra la calculatorul părinţilor. Din câteva clickuri a ajuns pe pagina de Facebook a mamei pe care aceasta o lăsase deschisă. Spre surpriza copilului, mama sa era fotografiată în braţele unui amant în poziţii dintre cele mai jenante. Considerând că descoperirea ei este foarte importantă, a povestit totul tatălui, Marius, în vârstă de 47 de ani. Tatăl a cercetat şi el pagina respectivă şi s-a convins de infidelitatea soţiei. De obicei, o aştepta cu masa pusă penru că venea acasă înaintea ei. Acum însă a aşteptat-o cu un ciocan cu care a început s-o lovească sub ochii îngroziţi ai fetiţei.

Ţipetele disperate ale femeii au alertat vecinii care au chemat poliţia. Dusă de urgenţă la spital, femeia a avut nevoie de îngrijiri speciale dar doctorii nu cred că şi-ar putea reveni complet. Soţul a fost supus unui examen psihiatric iar fiica lor, care se simte vinovată de cele întâmplate, a fost dată în îngrijirea bunicilor, care nu-i mai permit „joaca" pe calculator. *(I.S.)*

Maratonistă la 6 ani

Ştiţi cine este noul campion de la proba de semimaraton (21 de kilometri)? O fată, americanca Keelan Glass (Texas) care a parcurs această distanţă în două ore, 46 minute şi 30 de secunde, ajungând la linia de sosire fără să aibă aerul unei alergătoare extenuate.

La vârsta de 6 ani! (precedentul record a fost deţinut de un copil în vârstă de 9 ani).

Keelan, care face parte dintr-o familie de atleţi, a început să se antreneze la 4 ani, reuşind în scurt timp să alerge aproximativ 8 kilometri. După 6 luni, distanţa a fost dublată. Fata a fost căutată la un moment dat de un pediatru, neliniştit de posibilele consecinţe nefaste asupra sănătăţii acesteia propunându-i să fie spitalizată pentru o serie de investigaţii. Părinţii şi Keelan au fost de acord, fără ezitare.

Au fost investigate toate organele interne, oasele, articulaţiile şi muşchii. Deocamdată nu au fost identificate semne îngrijorătoare. Investigaţiile vor fi repetate însă din 3 în 3 luni. *(D.M.)*

Oameni care există şi pentru alţi oameni

Parcă mai mult decât oricând, astăzi sunt(em) tot mai mulţi cei care acţionează în sensul protejării şi ajutorării semenilor ce au, cu adevărat, nevoie de cea mai măruntă dovadă că nu au fost aruncaţi „peste bord". A început în ţări din Occident. Cât de curând, să sperăm, şi în România! Iată aşadar povestea adevărată care ar putea inspira mulţi contemporani preocupaţi de a-şi consolida în fiecare clipă conturile personale!

„Am intrat într-o cafenea mică împreună cu un prieten şi aşteptam să dăm comanda. Între timp, doi bărbaţi vin şi se duc la tejghea: *Cinci cafele, te rog. Două pentru noi şi trei în aşteptare.* Şi-au plătit comanda, şi-au luat cele două cafele şi au ieşit. Eu îl întreb pe prietenul meu: *Ce sunt alea cafele în aşteptare? Aşteaptă şi vei vedea!*, mi-a răspuns. Au intrat apoi mai multe persoane în local. Două fete au cerut câte o cafea, au plătit şi au plecat.

Următoarea comandă a fost de şapte cafele şi a fost făcută de trei avocaţi – trei pentru ei şi patru *în aşteptare*. Totuşi, nu pricepeam ce înseamnă aceste cafele *în aşteptare*. Dintr-o dată, un om îmbrăcat în haine ponosite, care arăta ca un cerşetor, intră pe uşă şi întreabă: *Aveţi vreo cafea în aşteptare?*

Atunci am înţeles. Există undeva, pe lumea asta, unii oameni ce plătesc în avans o cafea pentru cineva care nu îşi poate permite o băutură caldă. Tradiţia cu cafelele *în aşteptare* a început în Napoli, dar s-a răspândit peste tot în lume şi, în unele locuri poţi comanda nu doar o cafea *în aşteptare*, ci, de asemenea, un sandwich sau o masă întreagă.

Este un mod interesant de a face un bine unor oameni necăjiţi, fără să încurajezi un comportament antisocial." Dar toţi aceştia sunt **Oameni!** *(A.N.P.)*

O viaţă de om în pădure

Tehnicianul silvic Acsinte Simion şi soţia sa Ionica şi-au desfăşurat activitatea şi au locuit timp de 44 de ani numai în mijlocul pădurii – Pădurea Neagră - din raza ocolului silvic Focşani, judeţul Vrancea. Au fost încadraţi în activitatea de reproducere şi de creştere a fazanilor destinaţi populării terenurilor de vânătoare şi valorificării la export.

Munca zilnică cu păsările, în special în lunile de vară, impunea prezenţa în permanenţă în unitate pentru asigurarea hranei, paza acestora şi supravegherea aparatelor de incubaţie a ouălor şi de creştere a puilor.

Iarna, când activitatea în unitate era mai restrânsă şi cei doi soţi dispuneau de timp, se întorceau pentru o perioadă în oraş, dar atunci când zăpezile şi viscolele blocau circulaţia rutieră, familia Acsinte rămânea în pădure.

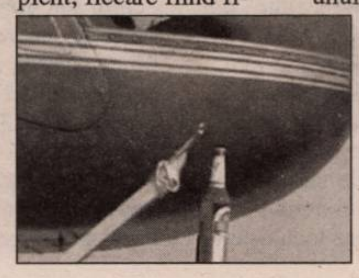
Astăzi, după 44 de ani trăiţi în pădure, cei doi angajaţi s-au pensionat şi au solicitat ocolului silvic să rămână în continuare în locul îi care şi-au desfăşurat activitatea, câtă vreme îşi vor păstra mobilitatea şi energia fizică. S-au obişnuit cu viaţa din pădure şi nu se pot, brusc, integra în trepidanta şi agitanta existenţă din oraş.

Solicitarea justificată şi prin realizările obţinute în timpul lungii lor activităţi le-a fost aprobată de şeful de ocol silvic ing. Duţă Gică. *(Dr. VADIM NESTEROV)*

Au deschis berile... cu elicopterul

Numeroşi băutori de bere obişnuiesc să deschidă capacul sticlelor cu mâna, cu dinţii sau cu alt capac al unei sticle. Organizatorii chinezi ai unui concurs de decapsulare a zeci de sticle de bere în timpul zborului unor elicoptere (oraşul Loiwu din estul Chinei), la care au participat cei mai încercaţi piloţi (printre care favoritul Zhang Zhiqiang) au găsit o soluţie, nu doar inedită, ci şi extrem de dificilă.

Sticlele se aflau introduse într-un recipient, fiecare fiind fixat pe câte un stâlp. Decapsularea era posibilă prin intermediul unui braţ fixat pe corpul elicopterelor, prevăzut cu un desfăcător de bere. Ca să-şi ducă la bun sfârşit misiunea, piloţii trebuiau să încetinească viteza când treceau prin dreptul stâlpilor ca să utilizeze dispozitivul.



Rateurile au fost, firește, nenumărate. Zhang a reuşit să se plaseze pe primul loc cu 3 capace desfăcute în doar 8 minute fiind, totodată, considerat cel mai bun pilot de elicopter din China. *(D.M.)*

Isabella Rossellini

elegantă, seducătoare, curajoasă

Fiică a două celebrităţi ale cinematografiei mondiale (actriţa de origine suedeză Ingrid Bergman şi regizorul italian Roberto Rossellini), Isabella Rossellini a fost şi încă este o apariţie spectaculoasă, fie că pozează pentru o reclamă, o revistă sau joacă într-un film.

Copilul unei iubiri blamate

Căsătorită cu neurochirurgul Petter Aron Lindstrom şi mamă a unui copil, adorată de nenumăraţi bărbaţi ai acelor vremuri, actriţa Ingrid Bergman a lăsat totul în urmă, chiar familia, şi în 1949, îndrăgostită de Roberto Rossellini, regizorul cu care lucra la filmul *„Stromboli”*, rămâne în Italia, ştiind că va provoca un scandal mediatic imens. N-a trecut mult şi iubirea lor s-a împlinit, în 1950 căsătorindu-se. Doi ani mai târziu, la Roma, pe 18 iunie 1952, se năşteau gemenele Isabella şi Isotta Rossellini. De la cinci ani îşi petrece o bună parte din timp în-

corsetată într-un bust de gips, fiind depistată cu o scolioză avansată, reuşind, după multe operaţii şi suferinţă să devină un copil normal. Poate de aceea, a părut un adevărat miracol când a devenit unul din cele mai bine plătite fotomodele din lume (9.000 dolari pe zi, după cum publica în 1983, revista Time magazine). La 19 ani a plecat la New York şi a urmat cursurile la New School University. A devenit model pe când avea 28 de ani, a apărut în revista Vogue, pentru ca apoi să apară şi în Marie Claire, Harper Bazaar, Vanity Faire şi Elle, fotogenia şi frumuseţea ieşită din comun, trasându-i un drum sigur pe podiumuri. Ea devine, în 1982, imaginea produselor cosmetice Lancome unde rămâne până în 1996, când avea 44 de ani, şi îi „predă” ştafeta fiicei sale, Elettra, fiind considerată „prea bătrână” pentru a mai face reclame. Mulţi fotografi de renume aveau să-şi petreacă timpul încercând s-o surprindă în diferite ipostaze. Colecţia de fotografii a fost expusă, mai târziu, într-o expoziţie intitulată „Portret de femeie” la Muzeul de Artă Modernă din Paris. Revista People a inclus-o pe Rossellini în topul celor mai frumoase persoane din lume.

Debut întârziat dar sigur

Totuşi, nu reclamele i-au adus celebritate şi prestanţă. Chiar dacă avea în sânge actoria iar mediul în care crescuse a fost impregnat cu tot ceea ce avea legătură cu „a şaptea artă”, Isabella a stat multă vreme departe de platourile de filmare. Avea 27 de ani când a debutat în filmul *Prato II.* Este anul (1979) când se şi căsătoreşte cu Martin Scorsese, pe atunci unul dintre cei mai mari regizori independenţi ai Americii, însă succesul său în cinematografie vine în 1985, după ce împlinise 33 de ani şi apărea în filmul *Nopţi albe* alături de dansatorul Mihail Barişnikov. Marele şi tulburătorul său rol rămâne cel din filmul lui David Lynch (cel cu care a trăit o frumoasă poveste de dragoste timp de patru ani), *Catifeaua Albastră.* Şocante şi totodată apreciate au fost şi apariţiile din *O iubire nemuritoare, Iubire persană, Cea mai tristă muzică din lume sau Keyhole şi Home,* dar şi seriale de televiziune (*Friends, Chicago Hopes, Merlin*), însă lumea ei se termina şi începea alături de cei doi copii, Elletra şi băieţelul adoptat în 1993, botezat Roberto, în memoria tatălui ei.

Atraşi de senzualitatea, echilibrul ei interior, fragilitatea şi prospeţimea adolescentină, de talentul şi surâsul inconfundabil, producătorii şi regizorii o distribuie în roluri dintre cele mai diferite, creând din ea o apariţie „unicat”.

Arta înainte de toate

Cu un şarm special, frumuseţe şi stil nu putem trece cu vederea uşurinţa cu care actriţa trece de la un gen de roluri la altul, lăsând impresia că este destul de uşor, însă, după cum afirma într-un interviu, munca este totul. După apariţiile sale în filmele de televiziune, *Isabella Rossellini* apare şi pe Broadway iar în 2008 se implică într-o serie de documentare precum *Discovery Atlas* şi în filmul pe care l-a scris şi co-regizat cu Jody Shapiro, *Green Porno* unde, într-o serie de scurtmetraje prezintă diversele ritualuri de împerechere din lumea animalelor şi insectelor. În prezent are parte de o revenire spectaculoasă. În 2012 a încheiat filmările la *„Silent Life”,* un episod din viaţa starului filmelor mute, Rudolph Valentino, apoi a obţinut un rol important în filmul *An Enemy,* în regia lui Denis Villeneauve, film a cărui premieră va avea loc anul acesta.

Ajunsă la deplină maturitate, actriţa *Isabella Rossellini,* are mai mult farmec, criticii şi publicul admirând-o deopotrivă.

Crescută, educată şi trăind într-o lume a celebrării frumuseţii, actriţa are moştenirea ideii de simplitate şi eleganţă, a superiorităţii stilului faţă de frumuseţe, lucru pentru care îi este şi astăzi recunoscătoare mamei sale.

Bărbaţii din viaţa ei

După două divorţuri, actriţa a încetat să mai găsească soţul perfect, rămânând la relaţii neoficializate. Primul său soţ a fost aşa cum am menţionat, celebrul regizor Martin Scorsese cu care a stat din 1979 până în 1982, apoi în 1983 i-a jurat iubire veşnică lui Jon Wiedemann cu care are un copil (Elettra) dar de care în 1986 s-a despărţit, îndrăgostindu-se de celebrul cineast David Lynch cu care s-a logodit şi a stat timp de patru ani. Între 1994 şi 1996 a fost iubita actorului Gary Oldman. Nici această relaţie nu a fost să fie până la „adânci bătrâneţi”.

Recunoaşterea pe care a primit-o de-a lungul timpului prin premiile, aprecierile criticilor şi publicului, punându-i în valoare talentul, eleganţa, stilul, naturaleţea şi misterul ce-i învăluie privirea, au ridicat-o pe *Isabella Rossellini* la rang de mare star al cinematografiei internaţionale.

DUMITRU PRUNARIU,

o poveste de succes

În timp ce în ziua de azi „poveştile de succes” sunt ale celor care fac bani sau ale celor care au cele mai noi maşini în faţa casei, adevăratele poveşti de succes sunt îngropate în indiferenţă, iar copiii au din ce în ce mai puţine modele adevărate spre care să tindă sau să viseze. În loc să se măsoare în ce pot şti mai mult, din păcate mulţi copii din ziua de azi au căzut în capcana întinsă de părinţi, ajungând să se bată pentru supremaţie de la 5-6-7 ani în cine are tableta mai nouă, telefonul mai „smartphone” şi cine se plimbă mai mult pe holurile late din „mall”-uri. Contrar acestui curent, în cadrul unui efort şi al unei iniţiative deosebite, copiii, dar şi părinţii lor din localitatea Corbeanca, limitrofă Bucureştiului, au avut ocazia miercurea trecută, spre seară şi într-un cerc restrâns, să îl aibă faţă în faţă şi să îi pună întrebări primului şi singurului cosmonaut român, Dumitru Prunariu.

Dumitru Prunariu a deschis o serie de întâlniri cu personalităţile adevărate din România, întâlniri ce vor avea loc lună de lună la clubul Artes din Corbeanca. Ideea, transpusă în practică, aparţine doamnei Adina Mastalier, scenograf la Teatrul Bulandra din Bucureşti şi arhitect de meserie.

Sala Artes din Corbeanca a fost ticsită miercuri seara. În condiţiile în care, de exemplu, la o rotondă la Muzeul Literaturii Române vin în jur de 15 oameni, aici au fost peste 60.

Întâlnirea cu Dumitru Prunariu a dat ocazia celor prezenţi să afle povestea celui care a reuşit să facă totul prin pasiune, muncă, efort şi cunoştinţe. Selecţionat să plece în spaţiu pentru capacităţile sale intelectuale, dar şi pentru un fizic perfect, Prunariu a reuşit să transpună emoţia şi performanţa conducerii unei nave spaţiale, dar şi a călătoriei în Cosmos, în faţa unor copii avizi să afle cum este să nu stai pe Pământ. Copiii, poate, vor avea şansa unor experienţe similare pe viitor, pentru că aşa cum spunea chiar Prunariu, citând un om de ştiinţă rus, oamenii trebuie să iasă, la un moment dat, din „leagănul” lor, Pământul.

Primul şi singurul cosmonaut român a stat pe orbita Pământului timp de opt zile, în 1981, o experienţă pentru care astăzi miliardari de pe tot globul plătesc biletul cu 35 de milioane de euro. Graţie atuurilor sale, Prunariu a luat excursia pe gratis, aflându-se la această oră în clubul select al celor aproximativ 500 de pământeni (din cei peste 7 miliarde) care au fost acolo, sus. Dintre aceşti 500 de cosmonauţi, peste 300 se reunesc într-o asociaţie mondială pe care Dumitru Prunariu o prezidează!

Întâlnirea a prilejuit şi prezentarea cărţii „Dumitru-Dorin Prunariu — biografia unui cosmonaut”, scrisă de Annie Muscă, apărută la Editura „Adevărul” în 2012. Pentru că tot vorbeam mai sus despre îngroparea valorilor din România, trebuie spus că această carte a primit în presa din România un număr de zero (0) recenzii! Revista „Magazin” va acorda atenţia cuvenită acestei cărţi-eveniment.

Prunariu a intrat miercuri cu 30 de ani mai bătrân şi probabil cu tot atâtea kilograme în plus faţă de momentul din 1981, atunci când a devenit primul cosmonaut român. Însă la încheierea întâlnirii de la clubul Artes din Corbeanca, el a ieşit simţindu-se din nou cu 30 de ani mai tânăr.

(A consemnat Vadim Cuşnarencu)

PORTRET

Ionuţ Fulea

Un ardelean cu suflet mare şi voce tot pe atât. S-a născut la Sebeş (17 iulie, 1971), şi-i place să spună că a venit cu muzica în sânge. Chiar dacă i-a fost dat să cânte, nu a prea avut curajul să se avânte în această lume a folclorului, doar când a ajuns la liceu.

Drumul spre cântec nu i-a fost uşor. I-a cântat întâi mamei, pentru a-i alina sufletul, apoi, avându-l ca exemplu pe Nicolae Furdui Iancu (pe care l-a admirat pentru voce, costum şi demnitate) cunoscând-l, mai târziu, cariera lui *Ionuţ Fulea* a luat avânt. Vocea puternică, versurile cântecelor cu filon ardelenesc de excepţie, ţinuta scenică deosebită au contribuit din plin la consolidarea drumului său prin lumea atât de frumoasă a folclorului românesc. Deşi a terminat Politehnica nu s-ar putea spune că are calităţi de inginer ci mai degrabă de... şlefuitor de suflete. Cântecul lui *Ionuţ Fulea* alină doruri, înfioară inimi, alungă singurătăţi... Pe când era student a cântat alături de Ansamblul Românaşul al Universităţii din Cluj Napoca şi tot atunci a urmat cursurile şcolii Populare de Artă, secţia canto clasic, deprinzând tainele interpretării.

A concertat prin lume (Statele Unite, Germania, Mexic, Franţa, Olanda, Grecia, Belgia, Austria, Serbia etc.), aducând în faţa auditoriului cântece ardeleneşti învăluite în haina luminoasă a talentului său. O piesă de sensibilitate deosebită, printre multe altele, este *Cântec de cătănie* pe care interpretul o redă cu emoţie şi evlavie, trezind fiori celor care-l ascultă. Prin cântec aduce bucurie, înseninare, linişte şi , de ce nu, după cum chiar el spune, „supărare care nu doare, ci un fel de consolare, de împăcare cu tine însuţi”. Pe *Ionuţ Fulea* nu-l vedem prea des pe micul ecran dar, atunci când apare e semn că emisiunea are valoare.

Pagină realizată de
IOANA FLORIA

Despre beneficiile vieţii intime

Cu sau fără falsă pudoare, nu puţini sunt cei care se întreabă dacă aduce beneficii pentru sănătate o activitate sexuală regulată. Răspunsul cercetătorilor acestui aspect (însoţit de obligatorii argumente ştiinţifice) ar putea să-i surprindă pe unii semeni, dar e bine ca el să fie luat în serios.

Bun pentru inimă

Cardiologul britanic Peter Wiesberg infirmă ipoteza că bărbaţii sunt predispuşi la atacuri de cord în timpul unui raport intim, declarând că nu există nicio bază ştiinţifică pentru această afirmaţie. În ce priveşte activitatea inimii, sexul poate fi considerat un exerciţiu fizic, comparabil cu o şedinţă la o sală de fitness, de pildă. În acest sens, un studiu realizat la Universitatea Queens din Belfast relevă chiar că o persoană care are în medie trei asemenea raporturi pe săptămână îşi înjumătăţeşte riscul unor boli cardiovasculare. Specialiştii atrag însă atenţia că se impune un grad de prudenţă în această privinţă în cazul persoanelor trecute de 50 de ani care sunt obeze şi sedentare.

Previne apariţia cancerului de prostată

Conform celor mai recente cercetări, riscul dezvoltării unui cancer de prostată scade proporţional cu frecvenţa activităţii sexuale, datorită reducerii nivelului de toxine eliberate de această glandă.

Întăreşte rezistenţa oaselor

Nivelul de testosteron (hormonul sexual masculin) tinde să crească în timpul şi după terminarea unui act sexual, acest fapt aducând beneficii incontestabile mai ales în privinţa protecţiei faţă de osteoporoză. Unii specialişti atrag atenţia că o activitate sexuală redusă ca frecvenţă poate determina fluctuaţii negative ale balanţei hormonale la femei şi atrofierea organelor genitale masculine.

Transmite o stare de bine

O serie de studii clinice şi studii de specialitate relevă faptul că acele senzaţii sublime din timpul raportului intim ţin mai degrabă de efecte chimice. În timpul orgasmului se eliberează un adevărat cocktail de hormoni şi neurotransmiţători. În mod special, activitatea sexuală ajută la eliberarea de endorfine (substanţa naturală cu efect euforic, care reduce stresul, alungă tristeţea, atenuează durerea şi provoacă un surplus de energie). La rândul său, oxitocina, un hormon eliberat în aceleaşi condiţii, stimulează încrederea în propriile forţe, îi face pe oameni mai generoşi faţă de partener/parteneră induce calmul şi somnul.

Nu în ultimul rând, beneficii importante asupra stării de spirit aduce un alt neurotransmiţător-cheie: serotonina, un antidepresiv biologic. Astfel, persoanele care au o activitate sexuală regulată fac faţă mult mai bine situaţiilor stresante, deoarece aceasta menţine constantă tensiunea arterială şi reduce presiunea. Plăcerea sexuală poate fi însă inhibată de un ambient neprimitor, de o stare emoţională negativă, de stres, de o atitudine lipsită de atenţie a partenerului. În actul intim sunt implicate toate simţurile noastre, tactile, vizuale, gustative, auditive, olfactive plus o mare doză de imaginaţie.

Îmbunătăţeşte imunitatea organismului

Sexul creşte rezistenţa la infecţii şi răceli. Pentru întărirea sistemului imunitar, specialiştii recomandă un contact pe săptămână, pentru că astfel creşte nivelul imunoglobinei A, un antigen indicator al stării sistemului imunitar (IgA este o substanţă ce se găseşte în salivă sau în mucoasa nazală şi care protejează organismul în special de diferite boli infecţioase).

Prelungeşte longevitatea

Unul dintre cele mai ample studii asupra legăturii dintre sex şi longevitate relevă că persoanele care au mai puţin de un contact pe lună prezintă un risc dublu de a muri prematur, în comparaţie cu persoanele care obişnuiesc să facă amor de două ori pe săptămână. Activitatea sexuală oferă protecţie asupra sănătăţii mai multor organe şi aparate, în special în cazul bărbaţilor, care resimt cel mai bine efectele DHEA, hormonul ce asigură buna funcţionare a glandelor suprarenale, aflat la baza altor hormoni, cum ar fi estrogenul, testosteronul şi progesteronul. Nivelurile DHEA cresc de trei ori peste limita normală imediat înaintea orgasmului şi a ejaculării, ceea ce se traduce prin întinerirea celulelor, protejarea neuronilor de factorii degenerativi şi, implicit, prin prelungirea duratei de viaţă a unui individ.

O maladie omniprezentă

Nevăzută şi aproape pe nesimţite, *giardinoza* se manifestă în special la copii, fiind o boală generată de un parazit monocelular microscopic (10-16 miimi de milimetru). Agresiva vietate trăieşte în duoden şi în vezica biliară, unde beneficiază de condiţii optime – întuneric, căldură, hrană – şi se înmulţeşte uluitor de mult şi de rapid, ajungându-se la zeci de mii de paraziţi invizibili. Rareori giardia deranjează gazda, însă simptomele bolii sunt foarte variate, nu de puţine ori generând confuzii de diagnostic. Persoanele cu giardioză au dureri abdominale, scaune dese, abundente şi spumoase, lipsa poftei de mâncare, paloare, anemie, dar şi simptome nervoase, dureri de colecist, greaţă.

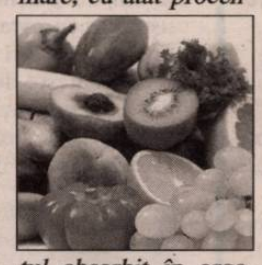
Giardia se transmite prin apă, alimente, activităţi în grădină, la copii prin joacă. Creşa şi grădiniţa constituie frecvent surse de transmitere şi, odată instalat în organismul copilului, parazitul va ajunge sigur şi la părinţi, motiv pentru care tratamentul trebuie urmat de întreaga familie. Micuţul cu giardioză se manifestă deseori prin scrâşnitul specific, nocturn, al dinţilor.

Depistarea chisturilor cu paraziţi se face uneori foarte greu, abia după 5, 6, 7 analize chimice. Tratarea bolii se face cu medicamente ca Flagyl (Metronidazol), conform prescripţiei medicului, Fasigyn, Giardinocid, tinctură de propolis, după care se refac analizele. Partea mai tristă a problemei este că majoritatea medicilor consideră că boala în sine nu se vindecă, ci doar se reduce numărul de paraziţi şi dispar simptomele.

Vitamina C, o „comoară" pentru organism

Nutriţioniştii recomandă administrarea vitaminei C pentru creşterea imunităţii organismului, dar şi pentru vindecarea mai rapidă a bolilor, fiind indicată mai ales fumătorilor, consumatorilor de băuturi alcoolice şi persoanelor cu afecţiuni neoplazice sau care au suferit intervenţii chirurgicale.

Studiile clinice arată că organismul uman nu poate face rezerve de vitamina C şi nu poate reţine vitamina C în corp mai mult de câteva ore. Dacă organismul primeşte o doză mai mare decât necesarul său imediat, excesul de vitamina C se elimină. *Pare un paradox, dar cu cât cantitatea de vitamina C obişnuită ingerată este mai mare, cu atât procentul absorbit în organism este mai mic. De pildă, cantităţi de 1 g-1,5 g de vitamina C sunt absorbite doar în proporţie de 50%, în timp ce o cantitate de doar 20 mg e absorbită în proporţie de 98%* – precizează cercetătorii. În plus, este dovedit clinic faptul că singurele surse de vitamina C sunt alimentele şi produsele farmaceutice.



Potrivit specialiştilor, în România consumul de vitamina C rămâne în continuare scăzut, doar 30% din populaţia peste 12 ani achiziţionând, o dată pe an, o cutie de vitamina C. Ei mai afirmă că vitamina C este indicată în prevenirea anemiilor, în special la femeile însărcinate, ca adjuvant în menţinerea rezistenţei naturale a organismului la infecţii. De asemenea, administrată în combinaţie cu vitamina P, creşte rezistenţa capilară şi previne riscul apariţiei unei afecţiuni cardiovasculare.

PE SCURT, DESPRE sănătatea dumneavoastră

Cum puteţi preveni ANGINA

Persoanele care prezintă simptome de angină pectorală şi care consultă un medic primesc de obicei, ca tratament medicamentos, nitroglicerină sub formă de tablete. Acestea ajută pacientul să depăşească debutul crizei, ameliorează durerea de piept şi starea de tensiune prin creşterea aportului de sânge şi de oxigen către inimă. Prin urmare, dacă ştiţi că aveţi predispoziţie la această afecţiune, cel mai bine este să nu plecaţi niciodată de acasă fără ele!

Pe lângă medicaţie, există însă o multitudine de alte modalităţi pentru a ne obişnui cu crizele de angină (desigur, nu în ideea deprinderii cu răul, ci în vederea evitării situaţiilor de panică), pentru a le reduce frecvenţa sau chiar pentru a preveni producerea lor. În acelaşi timp, ajutaţi-vă inima cu alimente şi cu suplimente alimentare!

Acizii graşi omega-3 protejează inima şi vasele de sânge. Aceştia se găsesc în capsulele de ulei de peşte, cu toate că dacă mâncaţi peşte gras — de exemplu macrou, somn sau sardină — cel puţin de două ori pe săptămână, nu aveţi nevoie de aceste capsule. În prealabil însă verificaţi împreună cu medicul dumneavoastră ca suplimentele de ulei de peşte să nu interacţioneze cu celelalte medicamente pe care le luaţi. Căutaţi suplimente care furnizează 1000 mg de AEP/ADH pe zi. Aceasta înseamnă că trebuie să luaţi o capsulă care conţine 300 mg ulei de peşte sau mai mult.

Totodată, e bine de ştiut că acidul folic şi vitamina B12 sunt vitaminele care scad nivelul homocisteinei, o substanţă din sânge care creşte riscul producerii unui infarct de miocard. Prin urmare, consumaţi carne, peşte sau ouă pentru a asimila vitamina B12 şi legume cu fructe şi citrice pentru acidul folic.

Alte cercetări au arătat că vă puteţi reduce riscul de infarct miocardic luând în fiecare zi 400 mg acid folic şi 0,5 mg vitamina B12. Pe de altă parte, profilaxia oricărei afecţiuni, deci şi cea a anginei pectorale, poate produce adevărate minuni. Faceţi un program de exerciţii sub supravegherea medicului dumneavoastră: exerciţiile fizice riguroase vă pot feri de durerea anginoasă.

Dacă sunteţi fumător, renunţaţi imediat la ţigări! Nicotina produce constricţia arterelor, declanşând criza anginoasă sau agravând-o. De asemenea, feriţi-vă de locurile unde se fumează şi nu mai consumaţi cafea; studii recente au demonstrat legătura dintre consumul de cafea şi nivelul crescut de homocisteină. După ce aţi luat o masă copioasă, odihniţi-vă sau efectuaţi activităţi mai uşoare.

Reţineţi că, atunci când aţi mâncat copios, organismul direcţionează sânge în plus către tractul digestiv pentru a ajuta digestia şi din acest motiv inima primeşte mai puţin oxigen, fiind mai vulnerabilă la o criză. Încercaţi să vă menţineţi o greutate sănătoasă. Consumaţi cât mai multe fructe şi legume pe zi şi suficiente cereale integrale, precum şi alimente cu amidon. Eliminaţi alimentele bogate în grăsimi, în special prăjelile, biscuiţii şi ciocolata, optaţi pentru lapte degresat sau parţial degresat. Mâncaţi carne slabă şi peşte cel puţin de două ori pe săptămână.

Pagini realizate de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

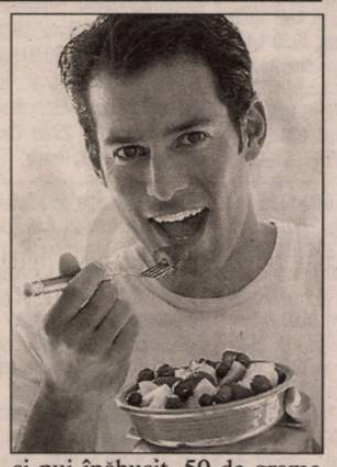
Hrăniţi-vă, evitând cancerul!

Se spune că boala nu ocoleşte pe nimeni, dar poate fi ea ocolită printr-un regim de viaţă echilibrat, cu referire în primul rând la dietă. Mâncaţi cinci porţii de fructe şi legume cât mai colorate în fiecare zi şi cel mult 500 de grame de carne roşie pe săptămână. O alimentaţie bazată mai mult pe legume şi fructe şi săracă în carne de vită sau porc vă ajută să evitaţi cancerul, potrivit recomandărilor medicilor specialişti în prevenirea acestei grave maladii. O altă recomandare în acelaşi sens este să evitaţi pe cât posibil alcoolul. Dacă nu vreţi să renunţaţi cu totul la alcool şi la carne, medicii vă sfătuiesc să nu consumaţi mai mult de 500 de grame de carne roşie pe săptămână şi mai mult de 250 ml de vin pe zi.

Fructele şi legumele conţin multe vitamine, minerale şi fitochimicale care previn deteriorarea celulelor din organism. Astfel, ele conţin 100.000 de fitochimicale (cum menţionam mai sus, ideal este să le consumaţi pe cele mai colorate). Acestea includ şi o cantitate mare de fibre care ajută sistemul digestiv să funcţioneze normal, fenomen ce reduce riscul de a dezvolta cancer la intestine sau de esofag. Consumaţi cinci porţii de fructe pe zi, dar medicii recomandă să nu beţi mai mult de un pahar de suc natural, deoarece conţine mult zahăr. O porţie de fructe sau legume poate însemna două kiwi, o banană medie, o felie de pepene galben, trei linguri de varză sau de morcovi tăiaţi în cuburi sau o ceapă.

Şi peştele reprezintă o alegere bună pentru prevenirea cancerului şi ar trebui consumat în mod regulat. Unele studii au arătat că peştele vă poate proteja de cancerul la intestine. În acelaşi timp, una dintre recomandările cele mai importante este să limitaţi consumul de carne roşie şi de carne procesată, precum pastrama, baconul, salamul sau şunca.

Ca să reduceţi riscul de cancer, specialiştii vă sfătuiesc să consumaţi maximum 500 de grame de carne roşie pe săptămână. De exemplu, într-o săptămână puteţi consuma 40 de grame de musaca de cartofi cu miel, 50 de grame de carne de vită



şi pui înăbuşit, 50 de grame de miel şi fasole, 60 de grame de carne de porc şi legume, 50 de grame de ardei umpluţi cu legume şi carne de porc şi 80 de grame de carne de vită şi legume.

Dacă mâncaţi pizza, nu puneţi în ea salam sau sosuri, ci legume coapte, ouă, carne de pui sau măsline. De asemenea – maximum 250 ml de vin pe zi pentru bărbaţi. Hamburgerii, ciocolata cu lapte, biscuiţii digestivi, untul şi produsele gen chips sunt alimente cu multe grăsimi sau cu adaos de zahăr. Pâinea, carnea macră, cea de pui şi de peşte sunt alimente cu densitate energetică medie. Acestea conţin în medie 100-225 de kilocalorii la 100 de grame. Cerealele şi legumele conţin în jur de 60-150 de kilocalorii la 100 de grame. Majoritatea legumelor, fructelor şi rădăcinoaselor au între 10 şi 100 de kilocalorii la 100 de grame.

Consumul de alcool creşte riscul de cancer la gât, esofag, sân, ficat sau intestine. Bărbaţii care nu pot renunţa la alcool pot bea – fără riscuri neapărat majore maximum două porţii pe zi, iar femeile cel mult una. O porţie înseamnă 25 ml de spirtoase, precum votcă sau whisky, sau 125 ml de vin. O dietă echilibrată ar trebui să fie suficientă şi să nu mai aveţi nevoie de suplimente nutritive. Totuşi, femeile care vor să conceapă un copil ar trebui să ia 400 mcg de acid folic, până în săptămâna a 12-a de sarcină. Femeile însărcinate şi cele care alăptează ar trebui să consume suplimente cu vitamina D şi, dacă este cazul, suplimente cu fier. În ţara noastră, în medie, în fiecare an apar peste 55.000 de noi cazuri, din care aproximativ 160 la pacienţi cu vârste sub 14 ani. Cancerul gastric, cel colorectal, pulmonar şi uterin fac cele mai multe victime. La nivel mondial, 12% din decesele înregistrate sunt provocate de cancer.

Alergatul ne face fericiţi

Dacă alergăm suficient timp, creierul produce endorfine, *„drogul natural”* care dă senzaţia de bine, de satisfacţie. Acest lucru este afirmat într-un studiu al unei echipe mixte de cercetători din Monaco şi din Bonn, publicat de revista *„Cerebral Cortex”*. Până în momentul obţinerii rezultatelor respective se cunoşteau deja efectele benefice ale alergatului asupra stării noastre de spirit.

Cercetătorii au *„fotografiat”* creierul a zece atleţi profesionişti înainte şi după o cursă de două ore, prin tomografia cu emisie de pozitroni, controlând receptorii opioizi, adică cei care sunt activaţi în momentul în care sunt produse endorfinele. *„Rezultatul a fost că după cursă o parte a creierului produce o mare cantitate de endorfine şi acest lucru ar putea explica starea de bine resimţită în urma activităţii fizice”*, a declarat Henning Boecker, coordonatorul studiului.

Să ne încălzim cu calorii!

Avenit sezonul rece şi încercaţi să faceţi tot posibilul pentru a mai acumula ceva calorii? Nu e nevoie neapărat să vă lipiţi de sobă ori să mai puneţi o haină pe voi. Există şi alimente care ne pot ajuta să înfruntăm mai uşor temperaturile scăzute. Nutriţioniştii recomandă supele calde sau mâncarea gătită. Fructele sunt foarte importante în sezonul rece, mai ales citricele, pentru că ajută la întărirea sistemului imunitar. De asemenea, din alimentaţie nu trebuie să lipsească legume precum cartofii, ceapa sau rădăcinoasele, deoarece au proprietăţi antiseptice.

Potrivit specialiştilor în nutriţie, primul loc în topul condimentelor care te feresc de ger îl ocupă piperul, apoi usturoiul care asigură o bună circulaţie a sângelui şi protejează organismul uman împotriva infecţiilor de sezon, ghimbirul, care este un antioxidant redutabil, iar ardeiul roşu adăugat în mâncare sau proaspăt este ideal. Ceaiul de coada-calului ajută la digestie şi desfundă nasul. Apoi, seminţele şi fructele uscate sunt ideale pentru desert sau gustarea dintre mese.

Nu uitaţi însă un alt amănunt foarte important: alcoolul este totalmente contraindicat pe frig, deoarece nu numai că nu ne alimentează cu calorii, ci — dimpotrivă — face ca organismul să piardă mai repede căldura.

Remedii naturale

Un leac „magic”

Utilizat din timpuri străvechi în diverse ritualuri şi alte practici magice, *usturoiul* ***rămâne totuşi unul dintre condimentele fără rival care fac deliciul bucătăriei noastre, chiar dacă mirosul său generează un soi de „indispoziţie” celor din jur.***

Pe lângă calităţile culinare, el este însă şi un redutabil remediu natural, de mare folos în numeroase afecţiuni. De pildă, este un aliat al inimii. Usturoiul conţine substanţa numită alicină, responsabilă atât de proprietăţile antibiotice ale legumei, cât şi de beneficiile pentru buna funcţionare a „motorului” vieţii. Se ştie de exemplu că în zonele în care populaţia consumă mult usturoi se înregistrează rate foarte scăzute ale bolilor cardiovasculare. În cadrul cercetărilor ce au dus la asemenea concluzii s-au avut în vedere efectele usturoiului asupra trombocitelor („plachetele” sangvine), structuri din sânge asemănătoare celulelor, care au tendinţa de a se uni şi forma cheaguri în arterele coronare.

În cadrul unui studiu s-a observat că ritmul agregării plachetelor în cazul bărbaţilor care au consumat zilnic echivalentul a şase căţei de usturoi a scăzut de la 10% până la 58%! Se pare că anumite substanţe chimice din acesta sunt tot atât de eficiente ca şi aspirina în ceea ce priveşte împiedicarea formării cheagurilor de sânge. O privire de ansamblu asupra zecilor de studii privind efectele usturoiului arată că un consum zilnic poate reduce cu 9 până la 12% nivelul colesterolului. De altfel, el îmbunătăţeşte circulaţia sangvină în tot organismul, nu numai în arterele coronare. Spre exemplu, este vasodilatator, ducând în felul acesta la scăderea tensiunii arteriale. Se pare, de asemenea, că îmbunătăţeşte elasticitatea arterelor.

Mai mult decât atât, zeci de studii sugerează că usturoiul împiedică transformările la nivel celular în urma cărora poate să apară cancerul, precum şi faptul că acesta distruge celulele canceroase care s-au format deja (totuşi, încă nu se ştie cu exactitate în ce fel acţionează împotriva apariţiei cumpllitei boli). Se pare că alicina şi ceilalţi compuşi acţionează direct asupra tumorii. Usturoiul neutralizează moleculele periculoase numite radicali liberi, reziduuri ale proceselor de oxidare care determină îmbătrânirea celulelor şi deteriorarea ADN-ului, iniţiind modificările celulare carcinogene.

Usturoiul inhibă formarea nitriţilor, substanţe chimice răspunzătoare de declanşarea cancerului gastric. De asemenea, determină întărirea sistemului imunitar. Proaspăt zdrobit şi aplicat pe răni, usturoiul distruge microorganismele ce declanşează infecţii, inclusiv fungii care provoacă „piciorul atletului”, micozele vaginale şi numeroase tipuri de infecţii ale urechii. El distruge şi multe varietăţi de bacterii, inclusiv pe cea care provoacă tuberculoza, precum şi periculoasa *Escherichia coli*. De asemenea, consumul de usturoi ne ajută să protejăm stomacul de *Helicobacter pylori*. Consumul zilnic al unui căţel de usturoi sau doi, crud sau puţin preparat, este suficient pentru a obţine majoritatea dintre efectele sale de vindecare sau profilactice. Atenţie, însă: nu consumaţi usturoi dacă vă aflaţi sub tratament cu medicamente anticoagulante!

Sănătatea citită pe faţă

Conform medicinei chineze, fruntea corespunde elementului Foc, fiind asociată cu inima şi intestinul subţire, dar şi cu mintea şi spiritul. Roşeaţa sau micile vase de sânge sparte ar putea indica o problemă cardiacă.

Decolorarea pielii (binecunoscuta paloare) poate fi cauzată de o experienţă încărcată din punct de vedere emoţional, cum ar fi o despărţire sau pierderea cuiva drag. Persoanele care au parte în mod constant de emoţii puternice, care au o viaţă cu suişuri şi coborâşuri, au de obicei un rid adânc între sprâncene.

Un atac de cord poate fi anunţat de o nuanţă albăstrui-verzuie a frunţii. Dacă fruntea este lipsită de culoare şi ai parte şi de palpitaţii, ameţeală, probleme de respiraţie şi furnicături sau durere în braţul stâng, fă-ţi rapid o programare la cardiolog!

Potrivit aceloraşi tradiţii medicale chineze, nasul corespunde elementului Pământ, aflându-se în strânsă legătură cu stomacul, splina şi pancreasul. Un coş pe vârful nasului sau pe o parte semnalează disconfortul la nivelul stomacului. Gândeşte-te aşadar ce ai mâncat cu o zi înainte. Dacă ai consumat mâncare iute, prea condimentată, prăjeli, grăsimi sau ciocolată, alegerile tale culinare sunt de vină pentru imperfecţiunile pielii, la nivelul nasului. Mai grav este că ar putea urma cât de curând indigestiile, constipaţia sau diareea. Capilarele sparte sau roşeaţa de la rădăcina nasului poate trăda abuzul de alcool sau grijile şi stresul excesiv.

LUNI – 25 noiembrie

TVR 1

6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 Ora regelui (r) 11.30 Profesioniștii (r) 12.30 În grădina Danei (r) 13.00 Germana... la 1 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 16.50 Vreau să fiu sănătos! 17.25 Serial: „Legendele palatului: Regele Geunchogo" 18.50 Întrebări și răspunderi 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Distractis — Distilat de comedie 22.00 Film: „Charlot marinar" (SUA, 1915). Cu: Charles Chaplin, Billy Armstrong 22.30 Biziday 23.30 Mașini, teste și verdicte 0.00 Nocturne 1.00-4.50 Reluări.

PRO TV

7.00 Știrile ProTv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" 11.00 Apropo tv (r) 12.00 România, te iubesc! (r) 13.00 Știrile ProTv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 MasterChef (r) 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „Detectivul Alex Cross" (SUA, 2012). Cu: Tyler Perry, Edward Burns 22.30 Știrile Pro Tv 23.05 Serial: „Homeland: Rețeaua terorii" 0.00-5.30 Reluări.

ANTENA 1

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Top Chef 22.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Top Chef (r) 4.00 Acces direct (r).

PRIMA TV

7.00 Vacanță și terapie 8.00 Regina cumpărăturilor (r) 9.00 Teleshopping 9.30 Și eu m-am născut în România (r) 10.30 Cunoaște, Visează, Iubește! (r) 11.30 Teleshopping 12.00 Viitorul, Azi 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Kiss Cinema (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe față! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Iubiri secrete 20.30 Mi-s de la țară 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe față! (r) 0.30 Serial: „Totul despre sex" 1.30 Serial: „Dragul de Raymond" 3.00-6.00 Reluări.

ACASĂ

6.45-10.45 Reluări 11.45 Teleshopping 12.00 Serial (r) 13.30 Serial: „Viață de împrumut" (r) 14.30 Doctorul casei (r) 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut". Cu: Diego Olivera 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial: „Furtuna din adâncuri" 22.30 Povești de noapte 23.00 Cancan.ro 23.30 Casa Ibacka 0.00-6.00 Reluări.

TVR 2

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.40 Serial: „Legendele palatului: Copacul cu rădăcini adânci" 9.00 Doc.: „Taipei 101 — Aproape de cerul Taiwan-ului" (r) 10.10 În curtea bunicilor (r) 12.00 Afacerile și inteligența emoțională 12.40 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Academicienii (r) 16.00 Serial: „Capri" 17.00 Videoterapia 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „Saint Pierre și Miquelon, arhipelagul îndepărtat" 20.10 Teatru: „Efectul Genovese" scenariul tv de Jon Gostin 21.50 M MAGAZIN 22.00 Ora de știri 23.10 Film: „Nunta de piatră" (România, 1973). Cu: Leopoldina Bălănuță, Mircea Diaconu 0.45-6.00 Reluări.

PRO CINEMA

9.00-10.00 Reluări 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.30 Lumea Pro Cinema (r) 16.00 Serial: „Eastwick" 17.00 Film: „Toate pânzele sus III: Întâlnire în Atlantic" (r) 18.50 Serial: „Bill Engvall Show" 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „Moarte în Los Angeles" (SUA, 1992). Cu: Denis Arndt, Mark Blum 0.00 Serial: „Jurnalele vampirilor" 1.00 Serial: „Sub acoperire" (ultimul ep.) 1.45 Serial: „Cu sânge rece" 2.30 Film: „Schimb valutar" (România, 2008) 5.45 Cine A.M.

MARȚI – 26 noiembrie

6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 Distractis — Distilat de comedie (r) 11.30 Film: „Charlot marinar" 12.00 Mașini, teste și verdicte (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 EURO polis 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 16.50 Beneficiar România (r) 17.25 Serial: „Legendele palatului: Regele Geunchogo" 18.50 Interes general 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Studio UCL 21.40 Fotbal: F.C. Steaua București — FC Schalke 04 23.50 Studio UCL 0.30 Rezumatele UCL 2.00-4.50 Reluări.

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Zidul secretelor" (coprod., 2003) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Tornade înghețate" (coprod., 2009). Cu: Mark Moses, Camille Sullivan 17.00 Știrile Pro Tv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 MasterChef 22.30 Știrile ProTv 23.05 Serial: „Homeland: Rețeaua terorii" 0.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Mireasă pentru fiul meu 23.00 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Film: „În spatele gratiilor" (SUA, 2006). Cu: Paget Brewster, Antonio Cupo 3.30-4.00 Reluări.

7.00 Vacanță și terapie 8.00-10.30 Reluări 11.30 Teleshopping 12.00 În viteză! 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe față! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Iubiri secrete 20.30 Copiii spun lucruri trăsnite 21.45 Mondenii 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe față! 0.30 Serial: „Totul despre sex" 1.30 Serial: „Dragul de Raymond" 3.30-6.00 Reluări.

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 9.00 Teleshopping 9.15-13.30 Reluări 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial „Furtuna din adâncuri" 22.30 Povești de noapte (r) 23.00 Cancan.ro 23.30 Dincolo de povestiri 0.00-6.00 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.40 Serial: „Legendele palatului: Copacul cu rădăcini adânci" 9.00-11.10 Reluări 12.40 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Memorialul Durerii (r) 16.00 Serial: „Capri" 17.00 Videoterapia 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „India, clinica pentru tigri" 20.00 Destine ca-n filme 21.00 Festivalul Internațional de Circ de la Monte-Carlo 21.30 M MAGAZIN 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „În umbra legii" 23.50 Serial: „Trei regate" 0.45-6.00 Reluări.

9.15-10.00 Reluări 11.00 Acasă în bucătărie 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.45 Serial (r) 15.45 Serial: Eastwick" 16.45-17.45 Reluări 18.50 Serial: „Bill Engvall Show" 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „Virtuozitate" (SUA, 1995). Cu: Denzel Washington, Kelly Lynch 0.15 Serial: „Jurnalele vampirilor" 1.15 Serial: „Dinastia Tudorilor" 3.00 Serial: „Cu sânge rece" 4.30 Film: „Curtezana" (coprod., 2009). Cu: Michelle Pfeiffer, Rupert Friend, Kathy Bates 6.00 Cine A.M.

MIERCURI – 27 noiembrie

6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 Fotbal: F.C. Steaua București — FC Schalke 04 (r) 12.30 Vreau să fiu sănătos! (r) 13.00 Opre Roma 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Convingeri 16.50 Europa mea 17.25 Serial: „Legendele palatului: Regele Geunchogo" 18.50 La vârf 20.00 Telejurnal 21.00 Dosar România 22.00 Dispăruți fără urmă 22.30 Biziday 23.30 Film: „Nu pleca!" (Franța, 2007). Cu: Richard Berry, Judith Godreche 1.00-4.50 Reluări.

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Tornade înghețate" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Rivala" (coprod., 2006). Cu: Tracy Nelson, Heather Tom 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Serviciul Român de Comedie 21.30 Serial: „Tanti Florica" 22.30 Știrile Pro Tv 23.05 Serial: „Dexter" 0.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Te cunosc de undeva! (r) 23.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Film: „Hârtia va fi albastră" (România, 2006) 3.30-4.00 Reluări.

7.00 Vacanță și terapie 8.00-10.30 Reluări 11.30 Teleshopping 12.00 În formă 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe față! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Iubiri secrete 20.30 Cronica Cârcotașilor 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe față! 0.30 Serial: „Totul despre sex" 1.30 Serial: „Dragul de Raymond" 3.30-6.00 Reluări.

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 8.45 Teleshopping 9.15 Serial: „Maricruz" (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial (r) 13.30 Serial: „Îngeri pierduți" (r) 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial „Furtuna din adâncuri" 22.30 Povești de noapte (r) 23.00 Cancan.ro 23.30 Serial: „Friendzone" 0.00-6.00 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.40 Serial: „Legendele palatului: Copacul cu rădăcini adânci" 9.00 Doc.: „Madagascar și febra safirului" (r) 10.00 Serial: „Capri" (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Drumul succesului (r) 12.40 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 D'ale lu' Mitică (r) 16.00 Serial: „Capri" 17.00 Videoterapia 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „Madagascar și febra safirului" 20.10 8 într-o barcă 21.30 M MAGAZIN 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „În umbra legii" 23.50 Zon@ IT 0.45-6.00 Reluări.

8.45-11.00 Reluări 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.45 Serial: „Eastwick" 15.45 Serial: „Eastwick" 16.45-17.45 Reluări 18.50 Serial: „Bill Engvall Show" 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „Vinovat și victimă" (SUA, 2009). Cu: Jesse Metcalfe, Amber Tamblyn 0.15 Serial: „Jurnalele vampirilor" 1.15 Serial: „Dinastia Tudorilor" 2.45 Serial: „Cu sânge rece" 5.45 Cine A.M.

JUDITH GODRECHE
— miercuri, 23.30 —

MATTHEW MACFADYEN
— sâmbătă, 20.30 —

BRIDGETTE WILSON
— vineri, 1.00 —

DIEGO OLIVERA
— luni-duminică, 19.30 —

ZHANG ZIYI
— vineri, 20.30 —

EDWARD NORTON
— joi, 22.00 —

LEOPOLDINA BĂLĂNUȚĂ
— luni, 23.10 —

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI – 28 noiembrie

6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 Dosar România (r) 11.30 Dispăruți fără urmă (r) 12.00 Europa mea (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 De joi până joi 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Akzente 16.50 Lozul cel mare 17.45 Dispăruți fără urmă (r) 18.10 Doc.: „Din țara de Foc la Tijuana" 18.50 Ora de business 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 O dată-n viață 0.00 Legenda vișinie 0.35-4.50 Reluări.

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Rivala" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Tentație periculoasă" (SUA, 2010). Cu: Amanda Righetti, Krista Bridges 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Serial: „Las Fierbinți" (ultimul ep.) 22.00 Fotbal: Dnepr — Pandurii 0.00 Serial: „Dexteri" 1.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Next Star cu Dan Negru 23.00 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator special (r) 2.00 Serial: „Nikita" 3.30 Observator special (r) 4.00 Acces direct (r).

7.00 Vacanță și terapie 8.00 Regina cumpărăturilor (r) 9.00 Teleshopping 9.30 Trăsniții (r) 10.30 Cireașa de pe tort (r) 11.30 Teleshopping 12.00 Povești din jurul lumii 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe față! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Film: „Să moară Romeo" (SUA, 2000). Cu: Jet Li 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe față! 0.30 Serial: „Totul despre sex" 1.30 Serial: „Dragul de Raymond" 3.30-5.00 Reluări.

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 8.45 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial: „Maricruz" (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial (r) 13.30 Serial: „Îngeri pierduți" (r) 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial „Furtuna din adâncuri" 22.30 Povești de noapte (r) 23.00 Cancan.ro 23.30 Serial: „Friendzone" 0.00-6.00 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.40 Serial: „Legendele palatului: Copacul cu rădăcini adânci" 9.00 Doc.: „Madagascar și febra safirului" 10.00 Serial: „Capri" (r) 11.10 8 într-o barcă (r) 12.40 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Ferma (r) 16.00 Serial: „Capri" 17.00 Videoterapia 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „Japonia — Țară a ceaiului" 20.10 În țara minunilor 21.30 M MAGAZIN 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „În umbra legii" 23.50 Zon@ IT 0.25 Serial: „Trei regate" 1.20-6.00 Reluări.

9.00-10.00 Reluări 11.00 Acasă în bucătărie 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.45 Serial: „Bill Engvall Show" (r) 15.45 Serial: „Eastwick" 16.45-17.45 Reluări 18.50 Serial: „Bill Engvall Show" 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „Vălul pictat" (coprod., 2006). Cu: Naomi Watts, Edward Norton 0.30 Serial: „Jurnalele vampirilor" 1.30 Serial: „Dinastia Tudorilor" 3.00 Serial: „Cu sânge rece" 6.00 Cine A.M.

VINERI – 29 noiembrie

6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 37°C (r) 12.00 România deșteaptă 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Legenda vișinie (r) 13.30 M.A.I. aproape de tine 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Oameni ca noi 16.00 Parlamentul României 16.50 Finanțe și afaceri 17.25 Serial: „Legendele Palatului: Regele Geunchogo" 18.50 Calea europeană 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Ca frunzele-n vânt" (SUA, 1956). Cu: Rock Hudson, Lauren Bacall 22.25 Film: „Suflete de vânzare" (SUA, 1993). Cu: Max von Sydow, Ed Harris 1.00 Film: „Trenul de aur" (coprod., 1987) 2.45-4.50 Reluări.

7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Tentație periculoasă" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Iubirea vieții mele" (SUA, 2000). Cu: Natasha Henstridge, Michael Vartan 17.00 Știrile Pro Tv 17.30 Happy Hour 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Dansez pentru tine — ultima ediție 1.00 Film: „Sliver" (SUA, 1993). Cu: Sharon Stone, William Baldwin 3.00-5.30 Reluări.

6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvani 11.00 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Icomedy cu Mihai Bendeac 22.30 X Factor (r) 1.00 Film: „Risc extrem" (SUA, 2002). Cu: Rufus Sewell, Devon Sawa, Bridgette Wilson 3.30 Observator special (r) 4.00 Acces direct (r).

7.00 Vacanță și terapie 8.00-10.30 Reluări 11.30 Teleshopping 12.00 Sport, dietă și o vedetă (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 14.00 Vacanță și terapie 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Fii pe față! 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Film: „Memoriile unei gheișe" (SUA, 2005). Cu: Zhang Ziyi, Suzuka Ohgo 22.30 Killer Karaoke 23.30 Fii pe față! (r) 0.30 Serial: „Totul despre sex" 2.00 Serial: „Dragul de Raymond" 4.00-6.00 Reluări.

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 8.45 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial: „Maricruz" (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial (r) 13.30 Serial: „Viață de împrumut" (r) 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 21.30 Serial: „Furtuna din adâncuri" 22.30 Serial: „Îți ordon să mă iubești!" 0.00-6.00 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.40 Serial: „Legendele palatului: Copacul cu rădăcini adânci" 9.00 Doc.: „Madagascar și febra safirului" (r) 10.00 Serial: „Capri" (r) 11.10 În țara minunilor (r) 12.40 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Rezistența prin cultură (r) 16.00 Serial: „Capri" 17.00 Videoterapia 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „Polonia braconierilor" 20.10 Film: „Toată muzica din inimă" (Italia, 2013, partea I). Cu: Francesca Cavallin, Johannes Brandrup 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „În umbra legii" 23.50 Motomagia (r) 0.25 Serial: „Trei regate" 1.20-6.00 Reluări.

8.00 Acasă în bucătărie 9.00-11.00 Reluări 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.30-16.00 Reluări 17.00 Film: „O iebădă iarna" (România, 1983) 19.00 Serial: „Bill Engvall Show" 20.00 Serial: „Necunoscuții" 21.00 Serial: „Țintă umană" (ep.1) 22.00 Film: „Al patrulea gen" (coprod., 2009). Cu: Milla Jovovich, Will Patton 0.15 Serial: „Jurnalele vampirilor" 1.15 Serial: „Dinastia Tudorilor" (ultimele ep.) 2.45 Serial: „Cu sânge rece" 3.30 Serial (r) 5.15 Serial: „Jurnalele vampirilor" 6.00 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ – 30 noiembrie

6.10 Exclusiv în România (r) 6.55 Zestrea românilor 7.30 Dosar România (r) 8.30 Clubul desenelor animate 9.00 Serial: „Viața dublă a lui Eddie McDowd" (r) 10.00 Beneficiar România 10.30 Magazin mondial FIFA 2014 11.00 Fotbal: Rapid București — Unirea Tărlungeni 13.00 Ora regelui 14.00 Telejurnal 14.35 37°C 16.00 De la A la infinit 18.00 Exclusiv în România 18.50 Teleenciclopedia 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Misteriosul Bagger Vance" (SUA, 2000). Cu: Will Smith, Matt Damon 23.20 Film: „Dincolo de uși" (SUA, 1998). Cu: Gwyneth Paltrow 1.05 Profesioniștii 2.00-4.35 Reluări.

7.00 Știrile Pro Tv 10.00 Ce se întâmplă, doctore? 10.30 I like IT 11.00 Film: „Iubirea vieții mele" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 13.30 Serial: „Căutătorii de mistere" 14.30 Dansez pentru tine (r) 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „Cei trei muschetari" (coprod., 2011). Cu: Matthew Macfadyen, Milla Jovovich 22.45 Film: „Dincolo de limite" (SUA, 2011). Cu: Bradley Cooper, Robert De Niro 1.00-6.00 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Film: „Păcală se întoarce" (România, 2006). Cu: Denis Ștefan, Anemona Niculescu 12.00 Serial: „Mr. Bean" 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Mireasă pentru fiul meu 19.00 Observator 19.45 FamiliaDa 20.30 Film: „Foc încrucișat" (SUA, 2001). Cu: DMX, Steven Seagal 22.30 Film: „Căutătorii de comori" (SUA, 2012) 0.30 Serial: „Străini printre noi" 2.30-4.00 Reluări 5.30 Serial: „Întâmplări hazlii".

7.00 Cu lumea-n cap (r) 7.30 Teleshopping 8.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 9.00 Flavours, 3 bucătari 9.30 Secrete de Stil 10.30 Sport, dietă și o vedetă 11.00 Kiss Cinema 11.30-12.30 Reluări 14.30 Eurobox 15.00 Și eu m-am născut în România 16.30 Schimb de mame 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Film: „Fără rețineri" (coprod., 2007). Cu: Catherine Zeta-Jones, Aaron Eckhart 22.30 Mărul discordiei 0.30 Film: „Stewardesa" (SUA, 2003). Cu: Gwyneth Paltrow, Christina Applegate 2.30-6.00 Reluări.

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 8.45 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial: „Maricruz" (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Viață de împrumut" (r) 13.30 Serial: „Iubiri vinovate" 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Cântec de iarnă" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 20.30 Serial: „Furtuna din adâncuri" 22.30 Serial: „Îți ordon să mă iubești!" 0.00-6.00 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.30 Ferma (r) 8.30 Magazin UEFA Champions League 9.00 Zon@ IT (r) 9.30 Motomagia 10.10 8 într-o barcă (r) 11.30 Drumul succesului 12.00 Cap compas 12.30 5 x 5 minute de istorie 13.00 Popasuri folclorice 14.10 Film: „Miracol în pădure" (SUA, 1997). Cu: Meredith Baxter 16.00 Memorialul Durerii 17.00 Ilie Năstase, o rachetă de aur 18.00 Telejurnal 18.30 Lumea azi 19.00 Doc.: „Caviarul, comoara din Iran" 21.10 Film: „Toată muzica din inimă" (partea a II-a) 22.10 Film: „Lope" (Spania, 2010) 0.10 Serial: „Trei regate" 1.10 Film: „Zăpezile de pe Kilimanjaro" (SUA, 1952 3.30-6.00 Reluări.

9.30-10.30 Reluări 12.15 Acasă în bucătărie 13.15 Descoperă România 13.45-15.45 Reluări 18.00 Serial: „Eastwick" (ultimul ep.) 19.00 Serial: „Bill Engvall Show" 20.00 Film: „Răscoala" (România, 1965). Cu: Ilarion Ciobanu 22.15 Film: „Soare cu dinți 2 aka: Soare înșelător 3: Citadela" (Rusia, 2011) 1.30 Film: „Maria cea plină de har" (coprod., 2004). Cu: Catalina Sandino Moreno, Guilied Lopez 3.00 Serial: „Cu sânge rece" (ultimul ep.) 3.45 Serial: „Jurnalele vampirilor" 6.00 Cine A. M.

DUMINICĂ – 1 decembrie

6.00 Teleenciclopedia (r) 6.55 Zestrea românilor 7.30 Universul credinței 9.00 Aniversarea Zilei Naționale a României: Parada militară — Depuneri de coroane 12.00 Aniversarea Zilei Naționale a României — TE DEUM 13.00 Pentru toți românii mei 14.00 Telejurnal 15.00 Noi suntem români (partea I) 16.00 Noi suntem români (partea a II-a) 17.00 Duminica în familie (I) 18.00 Duminica în familie (II) 19.00 Lozul cel mare 20.00 Telejurnal 20.45 Prețuiește viața! 0.00 Garantat 100% 1.00-4.05 Reluări 5.25 Imnul României 5.30 Teleshopping.

7.00 Știrile Pro Tv 10.00 După 20 de ani 11.00 Film: „Frații zburători" (SUA, 2009). Cu: Kelly Blatz, Joey Pollari 13.00 Știrile Pro Tv 13.30 Apropo Tv 14.45 Vocea României (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „Parker" (SUA, 2013). Cu: Jason Statham, Jennifer Lopez 23.00 Film: „Cavalerul de oțel" (coprod., 2011). Cu: James Purefoy, Brian Cox 1.00-6.00 Reluări.

6.00 Observator 9.00 Next Star (r) 11.15 Film: „Căutătorii de comori" (r) 13.00 Observator 13.15 Te cunosc de undeva! (r) 16.00 Observator 16.15 Super-Bingo Metropolis 19.00 Observator 19.45 FamiliaDa 20.00 X Factor 1.00 Top Chef (r) 3.15 Film: „Păcală se întoarce" (r).

7.00 Euromaxx 7.30 Teleshopping 8.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 9.00 Flavours, 3 bucătari 9.30 Casa: construcție și design 10.00 Teleshopping 10.30 Cu lumea-n cap 11.00 Levintza prezintă 11.30 Teleshopping 12.00 Cunoaște, Visează, Iubește! 13.00 Film (r) 14.30 Copiii spun lucruri trăsnite (r) 15.30 Cronica Cârcotașilor (r) 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Schimb de mame 22.00 Film: „B.D. în acțiune" (România, 1970) 0.00 Film: „Insomnia" (coprod., 2002). Cu: Al Pacino, Robin Williams 2.00-6.00 Reluări.

6.45 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 7.45 Povești adevărate (r) 9.00 Teleshopping 9.15 Serial: „Diamantul nopții" (r) 10.45 Serial (r) 11.45 Teleshopping 12.00 Serial (r) 13.00 Dincolo de povestiri 13.30 Serial: „Viață de împrumut" 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Cântec de iarnă" 16.30 Doctorul casei 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 21.30 Bingo România 22.30 Serial: „Îți ordon să mă iubești!" 0.00-6.00 Reluări.

7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Cap compas (r) 8.00 Popasuri folclorice (r) 9.00 Ferma 10.10 În curtea bunicilor 12.00 Serial: „Pistruiatul" 12.45 Pescar hoinar 13.15 Natură și sănătate 13.45 Film: „Horea" (România, 1984). Cu: Ovidiu-Iuliu Moldovan, Șerban Ionescu 16.00 Memorialul Durerii 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Telejurnal 18.30 Sport plus 19.00 Academicienii 20.10 Film: „Ecaterina Teodoroiu" (România, 1978). Cu: Stela Furcovici, Ion Lupu 22.10 Serial: „Lumini și umbre" 23.10 Tearu: „Titanic Vals" 1.05-6.00 Reluări.

9.00-10.00 Reluări 11.30 Teleshopping 11.45 Serial: „Eastwick" (r) 12.45 Promotor 14.15 Lumea Pro Cinema 14.15 Serial: „Eastwick" 15.00 Serial (r) 16.00 Serial: „Te provoc să mă iubești!" (ep.1,2) 17.00 Film (r) 19.00 Serial: „Bill Engvall Show" 20.00 Film: „Steaua căzătoare" (România, 1987) 22.00 22.00 Film: „Un meci pe cinste" (coprod., 2001) 0.00 Serial: „Anturaj" 1.00 Serial: „Jurnalele vampirilor" 3.15 Film (r) 5.00 Lumea Pro Cinema 5.30 Cine A. M.

Integramă de **M. ALBU**

AFIRMAȚII

POVESTIRI CU MORALĂ / VIEȚUITOARE PĂDURII	T	BERZE EGIPTENE / FLORILE OLANDEI	I	VEDETĂ DE FILM / MĂSURĂ PE OGOR	S	ÎN VINCLU! / PERFECT SĂNĂTOȘI	N	A PRINDE CU MÂNA / COJOCEL ȚĂRĂNESC	L	A CÂNTA VRĂBIUȚA / ATRAGE LA O FEMEIE	C
S	A	L	B	A	T	I	E	I	W	H	I
CHEF CA LA TURCI / COLECTAREA LAPTELUI	B	A	I	R	A	H	DAFIN / GINGAȘI ȘI DELICAȚI	L	A	W	R
M	W	L	S	NĂSCUȚI LA MOSCOVA / FELIAT	R	W	Ș	I	ÎN ARIE! / PRENUMELE LUI CREANGĂ	R	I
IDENTIC LA CHIP / SUPLIMENT LA EFORT	L	E	I	I	POMI BĂTUȚI LA CULES / AȘTERNUȚI PE HÂRTIE	H	W	E	I	ARE UN VENIT ASIGURAT	P
Z	E	L	CONTINENT URIAȘ / CAUCIUCURI LA MAȘINI	A	S	O	A	SEMNUL ÎNMULȚIRII / TOC DE OCHELARI	O	R	I
O	NARATIV / CONTRAFĂCUȚI	E	P	I	E	VASE SANGVINE / SUNT DE FOLOS	V	E	H	E	MUȘTE CE ÎNȚEAPĂ VITELE
R	T	PICAT ÎN RUINĂ / PUIUL OII	H	A	R	W	I	T	ESENȚĂ DE SANTAL! / OU DE PEȘTE	H	I
ÎN MĂRFAR! / MERGE ÎMPLETICIT / ERETE	A	M	E	T	I	T	A NU-ȘI ADUCE AMINTE / LENT	W	I	I	A
V	L	I	W	METALOID CENUȘIU / VALI TĂNASE	S	I	L	I	E	I	W
SLUGARNIC / AMEȚIT DE BĂUTURĂ	S	E	R	V	I	L	I	ÎNHĂMAT LA SANIA MOȘULUI	R	E	H
P	I	L	I	T	A CONSOLIDA	H	T	A	R	I	

Sfaturi practice

Întreținerea ferestrelor PVC

După montarea termopanelor, folia protectoare se înlătură într-un interval de maxim 30 de zile, după această perioadă fiind dificil de dezlipit.

Nu se acționează mecanismul de închidere-deschidere atunci când fereastra este deschisă.

Nu se vor folosi lame sau soluții abrazive pentru curățare, acestea putând lăsa zgârieturi pe suprafața tâmplăriei PVC sau a geamului termopan.

Nu folosiți soluții pe bază de alcool pentru curățarea geamurilor termopan pentru că lasă urme care atrag praful.

Feroneria se unge cel puțin o dată la un an cu ulei special. În lipsa acestuia se poate folosi și un ulei pentru angrenaje fine, asemenea celui pentru mașina de cusut sau cu vaselină.

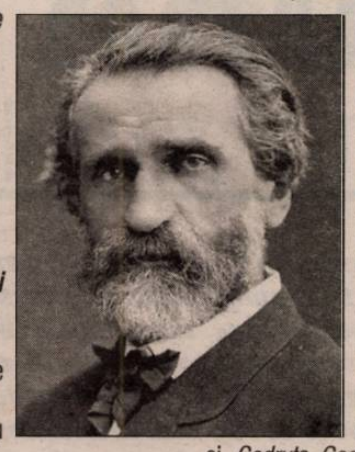
Garniturile de cauciuc se vor unge de două ori pe an cu substanțe pe bază de silicon care conservă calitățile de etanșare și elasticitate ale acestora.

Ramele ferestrelor PVC se pot murdări sau păta în urma repetate la umiditate și praf. Se curăță cu o soluție din oțet și apă, aplicând apoi un strat de cremă pentru profile PVC. *(D.M.)*

Verificați-vă cunoștințele

Giuseppe Verdi

Cele mai multe dintre aceste întrebări ne-au fost trimise de prietena revistei și a rubricii noastre, doamna Florentina Gorea, din Toplița. Domnia-sa a formulat întrebările, impresionată de manifestările care au avut loc cu prilejul bicentenarului nașterii marelui compozitor.



1. Când și unde s-a născut Giuseppe Verdi?
2. Care era numele întreg și care erau părinții marelui compozitor?
3. Care a fost prima operă compusă de Giuseppe Verdi?
4. Cu ce operă a cunoscut compozitorul, la 9 martie 1842, un adevărat triumf?
5. Ce operă de Giuseppe Verdi a fost prezentată în premieră cu prilejul inaugurării Canalului de Suez?
6. Ce dramă a lui Victor Hugo i-a inspirat compozitorului opera „Rigoletto"?
7. Cine a realizat, în 1953, filmul artistic intalian „Giuseppe Verdi"?

Răspunsurile pentru numărul trecut

1) Municipiul Iași este așezat pe malurile Bahluiului dar este traversat și de râul Nicolina și pârâul Șorogari. La răsărit de oraș curge pârâul Ciric pe care sunt create artificial trei lacuri pentru agrement. 2) În 1564, domnitorul Alexandru Lăpușneanu a mutat capitala țării de la Suceava la Iași. Orașul a avut acest statut până în 1862. 3) În timpul Primului Război Mondial, pentru doi ani, orașul Iași a fost capitala României neocupate, după ce capitala București a căzut în mâinile Puterilor Centrale la 6 decembrie 1916. În noiembrie 1918, București a redevenit capitala țării. 4) Statuia lui Ștefan cel Mare din fața Palatului Culturii este opera sculptorului francez Emmanuel Fremiet (1824-1910). 5) Muzica pentru cele mai multe dintre vodevilurile lui Vasile Alecsandri, printre care și „Chirița în Iași", aparține lui Alexandru Flechtenmacher (1823-1898). 6) Emil Racoviță s-a născut la Iași în 1868. A participat la expediția antarctică a navei Belgica (1897-1899). A murit în 1947. 7) Pictura interioară a Catedralei Mitropolitane din Iași a fost realizată de Gheorghe Tattarescu (1820-1894).

Poșta cititorilor

Pentru întrebările cu tema „Toamna" am primit:

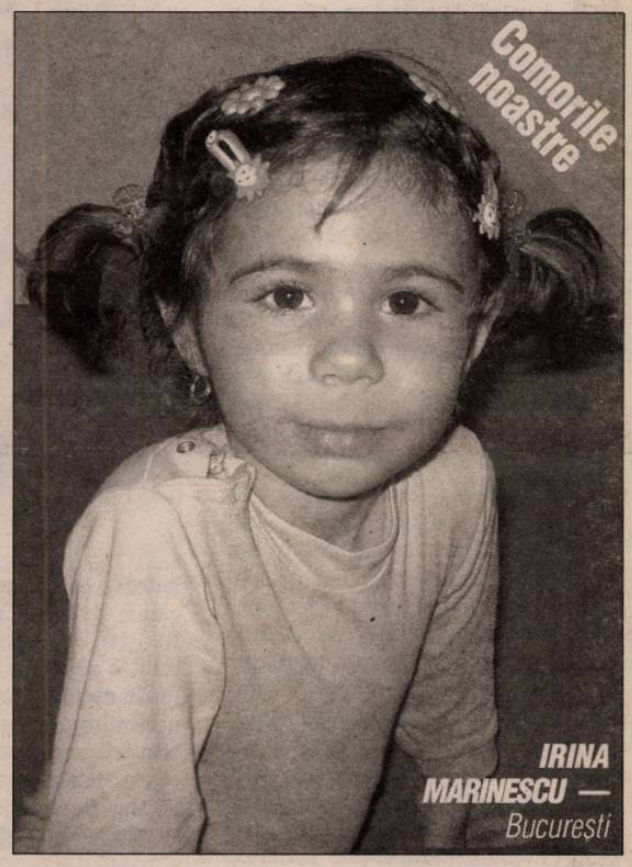
◆ ***7 răspunsuri corecte:*** *Florentina Gorea,* Toplița; *Mioara Popa,* Iași; *Ing. Ion Ciocșan,* Pucioasa; *Matei Bărbulescu,* Iași; *Gheorghe Enache,* Galați; *Prof. Aurel Mincic,* Beiuș-Bihor; *Prof. Marin Ștefan,* Șimleul Silvaniei și *Mihai Waspusch,* București.

◆ ***6 răspunsuri corecte:*** *Daniela Nicolae* și *Raluca Petrescu,* Iași; *Ioana Costea,* Pitești; *Corina Marinescu,* Ploiești; *Viorica Simionescu,* Arad; *Cristian Teodorescu,* Iași; *George Ionescu,* Ploiești; *Dan Voicu,* Turnu Măgurele și *Radu-Andrei Ciobanu,* București.

◆ ***5 răspunsuri corecte:*** *Monica Vlad,* Timișoara; *Corina Simion,* Sibiu; *Viorica Cernea,* Arad; *Ana Voinea* și *Codruța Codrescu,* Iași; *Mioara Cristescu,* Piatra Neamț; *Codruța Mateescu,* Bacău; *Georgeta Ioan* și *Luminița Popescu,* București; *Cristian Vasilescu,* Arad; *Ion Mardare,* Vâlcea; *Ionel Petrescu* și *Cristian Zamfirescu,* București.

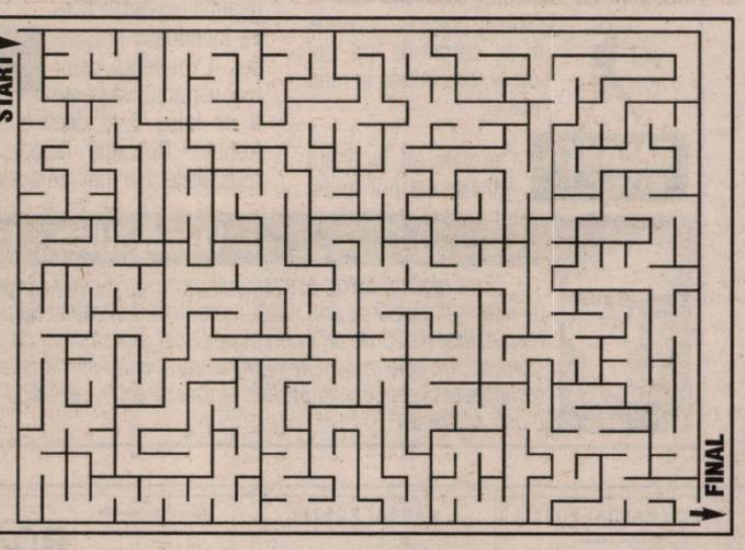
✉ ***Codruța Mateescu, Bacău.*** Există pe piață mai multe așa-zise ghiduri de cultură generală. E bine însă să mai verificați răspunsurile și cu o altă sursă.

✉ ***Ion Mardare, Vâlcea.*** Ne bucură că vă plac revista și rubrica noastră. Vă mulțumim pentru cuvintele frumoase. *(Irina Stoica)*



PERSPICACITATE

Încercați să rezolvați labirintul.



SOLUȚIA INTEGRAMEI „CARUSEL":
I - I - D - D - J - U - ANTEMERIDIAN - AERISI - URNI - OMAT - IAMB - IU - IMAS - LIED - N - AC - RICIN - IDE - T - MIRI - ESEU - ASA - ORARE - II - INMIIT - ISON - ATEU - PAR - PST - ACRI - TAMAIA - DRAGALASENII.

Soluția «SUDOKU» — jocul săptămânii 46

6	4	9	2	3	7	1	8	5
1	8	7	5	4	9	6	3	2
2	5	3	6	1	8	4	9	7
5	7	4	3	9	1	8	2	6
3	6	8	4	7	2	9	5	1
9	1	2	8	5	6	7	4	3
7	2	1	9	8	5	3	6	4
8	3	5	7	6	4	2	1	9
4	9	6	1	2	3	5	7	8

Umor

Două blonde la facultate:
– În ce an ești, tu?
– În 2013. Tu?

La interviul pentru angajare:
– Sunteți căsătorit?
– Nu.
– Ne pare rău, noi avem nevoie de persoane care sunt obișnuite să se subordoneze...

Doctorul: – Mi-ați ascultat sfatul și ați dormit cu fereastra deschisă?
Pacientul: – Da.
Doctorul: – Deci v-a dispărut complet astmul de care sufereați?
Pacientul: – Nu, dar mi-au dispărut ceasul, televizorul, iPodul și laptopul.

CRONICA TV

O fi repetiția „mama înțelepciunii" dar...

Extrem de rar, în interviuri, emisiuni culturale, de „divertisment decent" etc., moderatorii atrag atenția sau cer explicații legate de un răspuns, o afirmație inadecvate sau eronate (referitoare la greșeli gramaticale, din păcate, nici vorbă). Moderatorii pun o întrebare, îl lasă pe invitat (invitați) să spună ce are de spus, intervin cu un mic comentariu, continuă cu altă întrebare și, uite-așa, discuțiile decurg... amical.

Marți, 12 noiembrie, la TVR 2, Iuliana Marciuc l-a avut ca invitat în emisiunea „Destine ca-n filme" pe Cătălin Botezatu, antrenat într-o discuție pe tema „încarcerării" sale vreme de 3 luni într-o închisoare de „maximă siguranță" din Italia și a revenirii sale spectaculoase după o anumită perioada de timp. Amănuntele se cunosc din interviuri publicate în presa scrisă și dintr-o carte al cărei autor este, evident, Cătălin.

Nu despre astea vom vorbi ci despre un detaliu, despre o intervenție a moderatoarei care îi face cinste și al cărei exemplu ar trebui urmat. Ei, bine, de-a lungul a 20-30 de secunde, Cătălin a repetat de 4 ori sintagma „închisoare de maximă siguranță". Ori a ținut să ne impresioneze, ori pur și simplu nu a realizat că exagerează prin repetiția care devenise obsesivă. Și una și alta, probabil, accentul căzând, pe ce-a de-a doua ipoteză.

Cu zâmbetul (ironic) pe buze, moderatoarea l-a întrerupt, atrăgându-i atenția asupra excesului și întrebându-l de ce a insistat atât de frecvent asupra sintagmei. Luat prin surprindere, ușor descumpănit, a încercat s-o dreagă neconvingător, explicând ce înseamnă o închisoare de maximă siguranță... Nu asta e important – cazul n-a fost nicidecum grav – ci faptul că moderatoarea n-a fost pasivă, tolerantă... Important e ca, uneori, când se impune, moderatorul să aibă simț critic și să-l exprime. Iuliana Marciuc a făcut-o. *(Dorin Măran)*

NATURA
în sprijinul zodiilor 2

Continuăm prezentarea pe care am început-o săptămâna trecută, fără a uita să amintim că o foarte importantă caracteristică a zodiilor este şi împărţirea pe elemente. Este bine de ştiut cărui element îi aparţine fiecare zodie pentru a ne alege un mod de viaţă care să corespundă semnului din care facem parte. Se mai consideră că semnele de Foc şi de Aer sunt masculine, iar cele de Apă şi Pământ sunt feminine. Semnele masculine sunt pline de energie, activitate, forţă, iar cele feminine au ca trăsături predominante sensibilitatea, căldura, afectivitatea, delicateţea. Dacă dorim să avem o viaţă armonioasă trebuie să ţinem cont şi de aceste caracteristici şi să ne alegem hrana cu multă grijă.

BALANŢĂ. Guvernaţi de planeta Venus, nativii acestei zodii au o vitalitate scăzută, fiind firi rafinate. Sunt comunicativi, diplomaţi, au un farmec aparte şi toată viaţa caută să-şi asigure echilibrul. În organism, Balanţa guvernează rinichii, vezica urinară, coloana vertebrală (partea lombară), iar la bărbaţi, prostata. **Alimentele benefice:** cereale, sparanghel, fasole, fructe de pădure. **Condimente** pot folosi de tot felul, mai ales ardeiul iute. **Vitamina** recomandată este F. **Uleiurile esenţiale** folositoare relaxării: lemn de cedru, chiparos, portocal, muşcată, iasomie, cireş, santal, eucalipt. **Plantele terapeutice** recomandate: mentă şi busuioc.

SCORPION. Sunt conduşi de două energii puternice: planeta Marte şi Pluto, cele care le atribuie un temperament aparte. În aparenţă sunt stăpâniţi de calmul datorat autocontrolului plutonian dar după această linişte pot izbucni crizele marţiene. Debordează de energie, sunt săritori dar, uneori, se confruntă cu sentimente contradictorii şi pot deveni adevăraţi atacatori. Din harta corpului uman, Pluto guvernează organele genitale, colonul, nasul, nervii auditivi. Dintre **alimentele benefice** pe primul loc se situează peştele şi fructele de mare, apoi spanacul, leurda, ceapa, urzica, salata, ardeii capia, prazul. **Condimentele** trebuie folosite cu multă cumpătare. **Vitaminele** prielnice sunt P şi B12. **Uleiurile esenţiale** indicate relaxării: rododendron, caprifoi, aloe, iasomie, trandafir, ienupăr, lămâie, tuberoză, cedru. **Plantele terapeutice** recomandate: alun de munte, porumbar, nalbă.

SĂGETĂTOR. Planeta Jupiter guvernează această zodie, iar cei născuţi sub acest semn au un temperament sangvin, le place să guste din plăcerile vieţii însă exagerează când e vorba de mâncare sau băutură. Jupiter guvernează din corpul uman ficatul, vezica biliară (doar parţial), pancreasul, coapsele, circulaţia arterială, nervul sciatic, coccisul coloanei vertebrale. **Alimentele benefice:** carnea slabă, peşte, ceapă, usturoi, citrice, coacăze. **Condimentele** indicate: scorţişoară, răşini aromatice. **Vitaminele** folositoare pentru aceşti zbuciumaţi nativi sunt: F, K, B6, H2. **Uleiurile esenţiale** indicate relaxării: ylang ylang, frezie, iasomie, cedru, busuioc, mentă, rozmarin. **Plantele terapeutice** recomandate: salvie, anason, melisă.

CAPRICORN. Guvernaţi de planeta Saturn, aceşti nativi au un caracter destul de tensionat, adesea depresiv sau echilibrat, sentimental şi protector. Din corpul uman le corespund oasele (genunchii, mai ales), pielea şi dinţii. **Alimentele benefice:** pastele, mazăre, cartofi, ovăz, vinete, urzici, leurdă, salată, varză roşie, sfecla roşie, spanac, ciuperci, gutui. **Vitaminele** indicate: C, L1. **Uleiurile esenţiale** indicate relaxării: brad, cedru, narcisă, levănţică, chiparos, lămâie, bergamotă. **Plantele terapeutice** recomandate: tătăneasa, muşeţel.

VĂRSĂTOR. Conduşi de planeta Uranus, nativii acestui semn zodiacal acumulează cu lejeritate stresul şi de aceea devin adesea ursuzi. Au nevoie de un program creativ şi nu de unul de rutină. Sunt greu de înţeles, încăpăţânaţi, schimbători şi au puţini prieteni care îi cunosc aşa cum sunt în realitate. În corpul uman guvernează circulaţia sangvină la nivelul gambelor, încheietura gleznei, nervul spinal, cortexul cerebral. **Alimentele benefice:** carne slabă, mere, salată, citrice, caise, curmale, prune. **Condimentele** indicate: ardei iute, piper, curry, chilli, hrean. **Vitaminele** folositoare sunt: toate din complexul B. **Uleiurile esenţiale** indicate relaxării: levănţică, trandafir, ylang ylang, santal, tămâie, vanilie. **Planta terapeutică** recomandată: rozmarin.

PEŞTI. Planeta Neptun este cea care le deschide calea. Nativii zodiei Peşti sunt joviali, plăcuţi, inteligenţi, însă au o hipersensibilitate, reacţionând la orice stimul exterior. La nivelul organismului, planeta Neptun guvernează sistemul limfatico-ganglionar, labele picioarelor, ţesutul reticulo-endotelial. **Alimentele benefice:** dovlecel, castravete, pepene, salată verde, peşte, fructe de mare. **Vitaminele** folositoare trebuie să fie legate de vitalitate, oboseală şi de tendinţa de a reţine toxinele. **Uleiurile esenţiale** indicate relaxării: floare de portocal, iasomie, bujor, muşchi de copac. **Plantele terapeutice** recomandate: cicoare, iasomie, tei.

Pagină realizată de
CASANDRA

ÎN NUMĂRUL VIITOR

■ Cei mai spectaculoşi munţi din lume ■ Attila, împăratul hunilor ■ Războiul care a născut un imperiu ■ A existat grupul „Majestic-12”? ■ Fantezie supremă ■ Despre forţa Cuvântului şi a Numelui ■ Palatul-mănăstire Escorial ■ Şi caii sunt verzi pe pereţi, nu-i aşa?

HOROSCOP
25 noiembrie — 1 decembrie 2013

BERBEC 21.03-20.04

Aveţi timp suficient pentru a vă concentra pe relaţiile romantice. Încercaţi să fiţi mai deschişi faţă de persoanele apropiate şi veţi vedea o schimbare evidentă. Pentru a câştiga câteva cuvinte de laudă din partea colegilor de serviciu trebuie să faceţi mult mai multe decât până acum.

TAUR 21.04-21.05

Un nou prieten vă invită la un eveniment şi vi se va deschide calea spre o nouă relaţie, neaşteptat de romantică. Bazaţi-vă doar pe conversaţii şi veţi schimba ceva din rutina în care v-aţi cufundat. Aveţi grijă şi de sănătate. Relaxarea din weekend este obligatorie pentru a vă dobândi energia.

GEMENI 22.05-21.06

În prima parte a săptămânii vă veţi ocupa de problemele de la serviciu şi veţi duce multă muncă de lămurire cu şefii pentru a accepta propunerile dumneavoastră. Măcar o parte din ele! Continuarea insistenţelor vă conduce însă spre mari satisfacţii, mai ales financiare.

RAC 22.06-21.07

Sensibilitatea pare să vă învăluie şi vă găseşte mult prea preocupaţi cu treburi mărunte dar numeroase. Rezolvarea acestora ţine strict de rapiditatea cu care veţi acţiona. Dedicaţi-vă mai mult timp pentru familie şi mai ales pentru persoana iubită.

LEU 22.07-22.08

Feriţi-vă de persoanele care sunt în conflict. Nu are rost să vă agitaţi mai mult decât o faceţi de obicei. Pentru părinţi, gestionarea problemelor de comportament devine un pic cam fragilă. Mai bine aşteptaţi până se mai temperează puţin situaţia şi apoi continuaţi discuţiile.

FECIOARĂ 23.08-22.09

Fericirea pare să vă însoţească la tot pasul şi lipsa evenimentelor importante vă determină să vă gândiţi la mai multă relaxare. Vă ocupaţi de aspectul personal: poate un nou look îi va surprinde pe cei dragi, bineînţeles în mod plăcut.

BALANŢĂ 23.09-22.10

Cei care au înclinaţii artistice îşi pot folosi inventivitatea la maxim însă originalitatea este strict necesară pentru o reuşită pe măsură. Treceţi cu mult efort peste dificultăţi însă răzbiţi şi vă degrevaţi de ce este mai greu. Fiţi atenţi şi la aspectele financiare care pot să vă afecteze.

SCORPION 23.10-21.11

Prea multă grabă nu duce decât la epuizare. Nu trebuie să vă asumaţi prea multe responsabilităţi. Mai bine vă îndepliniţi cu grijă îndatoririle şi aşa veţi simţi mai puţin tensionaţi. Indicat este să petreceţi mai mult timp în sânul familiei şi să acordaţi o atenţie sporită celor mai mici membri.

SĂGETĂTOR 22.11-21.12

Comunicarea cu familia este cea mai importantă în aceste zile. Aşa veţi găsi soluţii rapide şi veţi avea suficient timp să vă reorganizaţi ordinea de zi. Se anunţă o îmbunătăţire a situaţiei financiare însă nu ar fi rău să vă controlaţi apetitul pentru cumpărături.

CAPRICORN 22.12-19.01

Prima jumătate a săptămânii este excelentă pentru a vă implica în noi investiţii sau noi proiecte care vor veni în beneficiul dumneavoastră. Acţionaţi conform planurilor întocmite şi nu veţi regreta nimic. Evitaţi gândurile fără folos.

VĂRSĂTOR 20.01-18.02

Cunoştinţe vechi reapar la orizontul dumneavoastră şi vă aduc numai veşti bune. Încercările de a readuce calmul în sânul familiei sunt încă de prisos. Atmosfera este încărcată de prea multe reproşuri şi indicat este să aşteptaţi să se limpezească apele.

PEŞTI 19.02-20.03

A venit vremea să spargeţi odată pentru totdeauna legăturile care vă încetinesc progresul. Experienţa celor mai vârstnici vă poate fi de folos doar dacă o utilizaţi când trebuie. Degeaba lăudaţi o mâncare reîncălzită. Nu mai are acelaşi gust.

NATIVUL SĂPTĂMÂNI: Woody Allen (01.12.1935)

Este regizor, actor, scenarist şi muzician a cărui carieră se întinde pe mai mult de 50 de ani. Acest reprezentant al zodiei Săgetător a fost nominalizat de 23 de ori la premiile Oscar şi a câştigat de patru ori statueta. Are cele mai multe nominalizări pentru scenaristică. Este recunoscut drept cel mai prolific regizor şi actor, realizând aproape câte o peliculă pe an.

TELEFONUL CITITORULUI
Pentru a afla direct de la cititorii noştri opiniile legate de conţinutul revistei, apelaţi numărul de telefon: 0213178964

Abonamente la „Magazin” direct la redacţie!

PERIOADA	VALOAREA	PERIOADA	VALOAREA
❑ 1 LUNĂ	5,50 LEI	❑ 4 LUNI	22,00 LEI
❑ 2 LUNI	11,00 LEI	❑ 5 LUNI	27,50 LEI
❑ 3 LUNI	16,50 LEI	❑ 6 LUNI	33,00 LEI

(Marcaţi cu un X perioada dorită a abonamentului)

DATA DE ÎNCEPERE A ABONAMENTULUI: _____

NUME _____ PRENUME _____

ADRESA: str. _____, nr. _____, bl. _____, sc. _____, et. _____, ap. _____, sector _____, localitate _____, cod _____, judeţul _____.

„Magazin” oferă fidelilor săi cititori avantajul de a primi revista cu promptitudine, la adresa dorită.

Cheltuielile poştale prilejuite de expedierea abonamentului sunt suportate de redacţie.

Nu aveţi decât să trimiteţi printr-un mandat poştal [pe adresa: Ionescu Simion — la Casa Editorială Magazin, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701], contravaloarea abonamentului solicitat (vezi preţurile în talonul alăturat) şi puteţi beneficia de toate avantajele enunţate. În cazul în care nu specificaţi data de începere a abonamentului, acesta va fi expediat de la data încasării mandatului poştal. Pentru informaţii suplimentare vă rugăm să sunaţi la tel. 021.317.89.65 sau 0722.625.622.

Cititorii din străinătate pot contracta abonamente trimiţând, pe adresa redacţiei (Ionescu Simion, Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, cod 013701), un plic cu un cec reprezentând contravaloarea abonamentului dorit (50 euro sau 70 $, un abonament pe şase luni; 25 euro sau 35 $, un abonament pe trei luni).

Abonaţi-vă la magazin

CUPON MANDAT POŞTAL
Nr. .....
EXPEDITOR
Nume .....
Prenume .....
Str. ..... Nr. .....
Bloc ..... Scara ..... Etaj .....
Ap. ..... Cod .....
Localitatea .....
Judeţul/Sectorul .....
Telefon .....
Suma în cifre (LEI)
Ştampila cu data prezentării
RAMBURS C.P. NR. .....

MANDAT POŞTAL
DESTINATAR
Nume IONESCU SIMION — la
Prenume C.E. «MAGAZIN» S.R.L.
Str. Piaţa Presei Libere Nr. 1
Bloc ..... Scara ..... Etaj ..... Ap. .....
Cod 013701 Localitatea Bucureşti
Jud./Sect. 1 Tel. .....
C.N.P. .....
Expeditor .....
Localitatea .....
Suma în cifre (LEI)
Suma în litere (LEI)
RAMBURS C.P. NR. .....

Sigiliu control mandate
POŞTA ROMÂNĂ RO
Verificator, ...
INDICAŢII SPECIALE .....
Nr. mandat poştal .....
Confirmăm suma de lei .....
(în cifre şi litere)
Semnătura salariatului .....
Diriginte .....
Ştampila cu data prezentării
Sigiliu cu tigla RO

TELEFON RECLAMAŢII ABONAMENTE 0722625622

Biblioteca Judeţeană MUREŞ

SERIE NOUĂ - 1171 ● ANUL LVI ● 28 NOIEMBRIE 2013 ● 16 PAGINI ● 2 LEI Nr. 48 (2921)

magazin

Mail: redactia@revistamagazin.ro Adresă INTERNET: www.revistamagazin.ro

SĂPTĂMÂNAL CULTURAL - ŞTIINŢIFIC INDEPENDENT

■ *Dacă planul A nu merge, stai calm! Alfabetul mai are încă litere.*

Voltaire

■ *Ce este greu? A se cunoaşte pe sine. Şi ce este uşor? A da altora sfaturi.*

Thales din Milet

Caleidoscop

Cei mai spectaculoşi **MUNŢI** din lume

Femina club

Pentru dumneavoastră, doamnă

Pledoarie pentru... cafea

Dosarele frumuseţii

Greşeli de evitat

Istorii uitate

ATTILA, împăratul hunilor

Terra X

Palatul-mănăstire **ESCORIAL**

File din dicţionarul celor mai celebri români

DUMITRU-DORIN PRUNARIU, sau împlinirea celui mai îndrăzneţ vis

Am avut şi avem încă mari oameni care au creat şi creează faima, aceea care a fost şi este, a unei ţări pe care noi o numim România. Atunci când vorbim despre mândrie naţională, îi avem şi pe aceştia în suflet: Dimitrie Cantemir, Eminescu, Caragiale, Brâncuşi. Există oameni de excepţie şi azi, modele adevărate cu care ne încăpăţânăm să ne mândrim şi o asemenea personalitate de excepţie este Dumitru Prunariu, primul şi singurul cosmonaut român. Scriitoarea Annie Muscă i-a dedicat cartea „Dumitru-Dorin Prunariu, biografia unui cosmonaut".

În ultimii 25 de ani am învăţat atât de temeinic să ignorăm valorile adevărate, încât nici măcar strălucirea diamantului nu mai ştim să o deosebim în culoarea ternă a mlaştinii în care înotăm şi cu care ne-am obişnuit de minune. Aşa că atunci când cineva face efortul de a aduce la cunoştinţa semenilor biografia unui om de excepţie, gestul devine unul de curaj autentic, iar apariţia, un adevărat eveniment.

Annie Muscă este scriitoarea curajoasă care şi-a asumat sarcina, deloc uşoară, de a scrie o carte despre Dumitru Prunariu, a celui care întruchipează mitul românesc al omului în spaţiu cosmic. „De la copilăria petrecută în Braşovul negustorilor de altădată şi mirajul Sputnik-ului la anii de pregătire în Oraşelul Stelar, de la activitatea internaţională de după 1989 şi întâlnirile memorabile, până la misiunea de ambasador în Federaţia Rusă şi preşedinte al astronauţilor din întreaga lume, cartea cuprinde viaţa şi activitatea acestui personaj intrat deja în legendă" scrie în Argumentul său, autoarea.

Când vorbim despre performanţa lui Dumitru Prunariu, trebuie să pornim de la ideea că visul contemporanului nostru de a zbura în Cosmos are rădăcini în marile vise ale vizionarilor cosmici, Fedorov, Konstantin Ţiolkovski, Robert Goddard sau... Hermann Oberth (1894-1989). Căci, da, pe când la Bucureşti se punea de o revoluţie, şi la doar câteva zile după căderea Cortinei de Fier, la Nürnberg murea savantul german născut la Sibiu, Hermann Julius Oberth, considerat părintele astronauticii şi al rachetelor cosmice. Cel care a visat alături de vizionarul sibian a încercat să pună bazele primului muzeu Hermann Oberth în România, pentru că exista deja unul în Germania.

În cartea Anniei Muscă, Dumitru Prunariu îşi aminteşte: *„Am vorbit cu autorităţile locale, mi s-a promis sprijinul...Am profitat de faptul că Suzana Gâdea, care îmi fusese profesoară de metalurgie în primul an de Facultate era ministrul Culturii pe atunci, ...În final îmi spune (parafrazez): Ştii dragă, nici nu e român, e neamţ, şi mai e şi în viaţă. Faceţi şi voi o expoziţie şi gata!".* Ideea lui Prunariu avea să prindă viaţă de-abia după evenimentele din 1989 şi astăzi ne putem mândri cu faptul că muzeul Oberth există la Mediaş, dat în folosinţă în ţara lui natală, în anul 1994, când se împlineau 100 de ani de la naşterea savantului transilvănean.

Un exemplu din care se vede cum marile spirite ştiu să recunoască marile spirite! Faptul că Dumitru Prunariu este legat de Transilvania nu e de mirare că aici, mai exact în Braşov, vede lumina zilei, într-o frumoasă zi de toamnă, pe 27 septembrie, în 1952. După cei şapte ani de acasă, în 1959, Dumitru-Dorin Prunariu trece pragul şcolii în clasa I, iar pe la vreo 8-9 ani, în drum spre şcoală, îşi aminteşte că l-a întâlnit pe „tovarăşul" din tabloul atârnat în sala de clasă şi doar două elemente din vestimentaţia lui Gheorghiu Dej îi rămân în minte: şapca şi pantalonii bufanţi. În rest, copil neastâmpărat, ca toţi copiii, ai mei şi ai dumneavoastră. Dar visul i-a fost aprins cu adevărat de-abia puţin mai târziu, când, după lansarea primului satelit din lume, Sputnik 1, pe 12 aprilie 1961, Iuri Gagarin a devenit primul om din lume care a zburat în spaţiul cosmic, o dimineaţă de miercuri pe care Dumitru Prunariu spune că nu o uită nici azi. Din acea zi aveau să treacă exact 20 de ani, până pe 14 mai 1981, ziua în care el, băiatul visător din Braşov, avea să devină primul cosmonaut român care a zburat în jurul Pământului.

În toamna anului 1967 Dumitru Prunariu este admis la Liceul Teoretic nr. 4 din Braşov, este pasionat de rachetomodelism, iar în 1970, ca membru al clubului Minitehnicus îşi expunea planurile de viitor în prezenţa unui alt român de excepţie, Henry Coandă, inventatorul avionului cu reacţie, care i-a spus tânărului viitor cosmonaut: „E frumos să visezi, dar şi mai frumos e să-ţi vezi visul împlinit". Aşa se face că singurul loc unde a crezut că-şi poate împlini un vis atunci când a venit vremea studenţiei a fost Secţia de Aeronave din cadrul Facultăţii de Mecanică de la Institutul Politehnic din Bucureşti.

După absolvire devine inginer stagiar la Întreprinderea de Construcţii Aeronautice Ghimbav, numai că în timp ce îşi efectua stagiul militar obligatoriu, destinul avea să i se schimbe radical: află că s-a format un detaşament de candidaţi cosmonauţi şi este selecţionat. Oamenii numesc asta Noroc, Hazard, Soartă. „Dacă nu aş fi fost cooptat în detaşamentul cosmonauţilor aş fi rămas la uzină şi aş fi construit, împreună cu soţia mea, elicopterele şi avioanele visate în copilărie".

Oraşul Stelar unde avea să ajungă Dumitru Prunariu, fusese creat în ianuarie 1960, undeva la 40 de kilometri de Moscova şi aici era Centrul de pregătire a Cosmonauţilor în cadrul unui program sovietic comun cu mai multe ţări satelite ale URSS. Faptul că a fost ales să zboare în Cosmos Prunariu, Dediu având rol de dublură, nu a fost întâmplător.

Specialiştii ruşi au recunoscut oficial că Prunariu a fost singurul cosmonaut nonsovietic care a obţinut calificative maxime la examenele finale de promovare a întregului curs, iar în timpul zborului cosmic şi-a îndeplinit integral programul de cercetări stabilit!

Răzbunarea lui Icar în doar 9 minute

Cât timp îi ia unui om să şi vadă visul împlinit? Ani lungi de muncă şi uneori, unii nici măcar nu apucă să-şi vadă visul cu ochii.

(Continuare în pagina 2)

GEORGE CUŞNARENCU

SUDOKU

jocul săptămânii: 48

6	3	4	5	7	9	2	1	8
9	5	8	6	1	2	4	3	7
7	2	1	3	4	8	6	5	9
8	1	3	9	5	6	7	4	2
2	7	9	4	8	3	1	6	5
5	4	6	1	2	7	9	8	3
1	6	7	8	9	5	3	2	4
4	9	5	2	3	1	8	7	6
3	8	2	7	6	4	5	9	1

Soluţia în numărul viitor

TV

■ TVR 1 ■ Pro TV ■ Antena 1
■ TVR 2 ■ Prima TV
■ Acasă ■ Pro Cinema

48

5 "948427" 000096

Biblioteca Judeţeană MUREŞ TÂRGU MUREŞ

Cei mai spectaculoşi MUNŢI din lume

Mai mulţi specialişti de la publicaţia „Wild Junket Magazine" au întocmit, nu demult, un clasament al celor mai spectaculoşi munţi de pe Pământ. Potrivit afirmaţiilor făcute de Kayla Frost de la această revistă, „fie că sunteţi fotograf, geolog, montaniard sau pur şi simplu călător curios, cu siguranţă veţi găsi pe această listă un munte care vă va da pe spate". Noi vă prezentăm doar câteva dintre aceste „nestemate" ale naturii.

Mauna Loa (Hawaii)

Considerat cel mai mare munte de pe Terra în ceea ce priveşte suprafaţa acoperită (5271 kmp), dar şi unul dintre cei cinci vulcani care formează insulele Hawaii (Statele Unite) din Oceanul Pacific, *Mauna Loa* înseamnă, de fapt, muntele lung. Este un vulcan activ ce acoperă jumătate din Big Island, cea mai mare insulă hawaiiană. Vârful său are aproximativ 37 metri (fiind mai mic decât vecinul său Mauna Kea), şi erupe de circa 700.000 de ani. Erupţia cea mai recentă a vulcanului *Mauna Loa* a avut loc pe 24 martie 1984 şi a ţinut până pe 15 aprilie 1984, distrugând sate şi vegetaţie, fiind catalogat ca unul dintre cei mai periculoşi vulcani. Încă din 1912 se monitorizează observaţiile asupra atmosferei la Mauna Loa Observatory ajungându-se la concluzia că prezenţa vulcanului afectează puternic climatul local. Partea estică este scăldată de ploi pe când partea vestică a vulcanului are un climat mai uscat, temperatura foarte scăzută arată că precipitaţiile sunt, mai ales, sub formă de zăpadă, vârful muntelui Mauna Loa fiind descris ca o regiune periglaciară unde îngheţul şi dezgheţul joacă un rol important în modelarea peisajului.

Muntele McKinley sau Denali (Alaska, Statele Unite)

Situat în Parcul Naţional Denali din statul american Alaska, este cel mai înalt vârf muntos din America de Nord, 6194 m, şi poartă şi numele lui William McKinley, al 25-lea preşedinte al Statelor Unite. În limba indienilor athapask, Denali înseamnă „Înaltul" şi, chiar dacă nu se poate lăuda că este cel mai înalt munte de pe Terra, Denali are un alt superlativ: este muntele cu cea mai mare distanţă între bază şi vârf, 5500 m, dintre toţi munţii aflaţi mai sus de nivelul mării. Acest munte a fost escaladat, prima oară, în 1913 de către Hudson Stuck. În sălbăticia din jurul său se găsesc gheţari, tundră, păduri şi mamifere dintre cele mai rare.

Cerro Torre (Argentina şi Chile)

Este un munte foarte abrupt, lovit adesea de furtuni puternice, a cărui înălţime nu trece de 3133 m. Poziţionat în Patagonia, muntele este situat la graniţa dintre Chile şi Argentina. În cartea *„Into Thin Air"*, scriitorul şi alpinistul Jon Krakauer descrie foarte plastic experienţa avută atunci când a cucerit acest vârf extrem de dificil: *„M-am căţărat pe un pisc înfricoşător de granit înalt de o milă ce poartă numele ce Cerro Torre. Lovit de vânturi de 100 de noduri şi acoperit de brumă acest munte era considerat cândva drept cel mai dificil munte de pe Terra"*. După datele existente, piscul a fost cucerit, pentru prima oară, în 1974 de către o echipă formată din Casimiro Ferari, Daniele Chiappa, Mario Conti şi Pino Negri care au ajuns până la ciuperca de gheaţă, cel mai înalt punct. Atrase de splendoarea peisajului dar şi fascinate de necunoscut, multe echipe de alpinişti au urcat pe munte, însă prima călătorie completă în jurul muntelui, a fost făcută în 2008 de Rolando Garibotti şi Colin Haley. În 1991 Werner Herzog a turnat filmul numit *Cerro Torre: Schrei aus Stein* dedicat exclusiv acestui munte.

Ama Dablam, Nepal

În Himalaya se găsesc multe culmi uriaşe dar *Ama Dablam* al cărui nume se traduce „colierul mamei", chiar dacă nu se regăseşte printre ele se remarcă prin frumuseţea extraordinară ce îi atrage pe alpinişti ca un magnet. Poate şi pentru faptul că Ama Dablam se ridică brusc spre cer faţă de majoritatea munţilor ce urcă treptat. Printre multe alte echipe de alpinişti care au „cucerit" acest munte se numără şi expediţia românească din 2005, când doi alpinişti din Caransebeş, Florin Grama şi Cornel (Coco) Galescu, au cucerit în premieră naţională Vârful Ama Dablam din Himuplaya. Bazându-se doar pe experienţa lor, pornind în lupta cu muntele, fără şerpaşi, fără tuburi de oxigen şi fără ca o echipă locală să le pregătească terenul, cei doi temerari români au reuşit să înfigă în vârful muntelui două steaguri: al României şi al Caransebeşului.

În topul celor mai frumoşi şi spectaculoşi munţi şi-au găsit loc şi: *Alpamayo (Peru), Kirkjufell (Islanda), Tre Cime di Lavaredo (Italia), Huayna Piccu (Peru), Matterhorn (Elveţia)* şi *The Spectra (Antarctica)*, însă spaţiul nu ne permite să-i descriem pe fiecare în parte.

IOANA FLORIA

Pulsul Planetei

Insulele Filipine bulversate

Super-taifunul Haiyan, cel mai violent din lume din acest an, a atins în 8 noiembrie coastele insulelor Filipine cu rafale care au depăşit 320 km/h, făcând peste 3700 de victime (numărul celor dispăruţi este de aproximativ 1200), provocând inundaţii şi pagube materiale uriaşe. Fenomenul a fost reperat cu câteva zile înainte în Pacific dar pe măsură ce taifunul a înaintat spre Filipine a devenit tot mai dezlănţuit. 4 milioane de persoane au fost evacuate, iar traficul feroviar şi aerian a fost întrerupt.

Rafalele de vânt, inundaţiile, ploile dezlănţuite au afectat diverse infrastructuri, vase maritime, materiale de pescuit, ferme piscicole, casele a peste 200.000 de locuitori, culturi agricole, surse de apă potabilă etc.

Numeroase ţări s-au mobilizat pentru a veni în ajutorul populaţiei afectate, al cărei procent a ajuns la 60%, cu hrană, corturi, diverse echipamente şi importante sume de bani. În memoria celor dispăruţi, ziua de 17 noiembrie a fost declarată zi de doliu pentru întreaga populaţie a arhipelagului filipinez.

State americane asediate de tornade

Săptămâna trecută şi americanii au resimţit dramatic efectele perturbărilor atmosferice. Furtuni şi tornade puternice au răvăşit 6 state din Midwest: sute de case distruse, copaci smulşi din rădăcini, maşini răsturnate, linii de înaltă tensiune distruse, vitrine de magazine sparte... În centrul statului Illinois, de pildă, locuinţele s-au transformat în ruine. Dar, dincolo de pagubele materiale, fenomenul, combinat, a rănit grav zeci de persoane şi a făcut 7 victime.

DORIN MĂRAN

Despre şansă

Să vorbim corect!

Am auzit la Tv, într-o emisiune cât se poate de serioasă, spunându-se că, dacă vom consuma în exces ceva — să zicem sare —, avem „şansa" să ne îmbolnăvim de...

La început am crezut că e glumă de tipul „noroc şi şansă!", cu toate că aici nu era vorba de niciun noroc. Am aflat apoi că, dacă nu vom acţiona cum trebuie, avem şansa „să ne rupem un picior", să „pierdem bani", „să ne ardă casa" şi tot aşa.

De fapt aici este vorba de o regretabilă confuzie. Substantivul „şansă" este definit în dicţionar ca „Împrejurare favorabilă, posibilitate de reuşită, de succes, noroc". Aşadar „şansa" propune o situaţie pozitivă, benefică. În exemplele noastre, substantivul care trebuie folosit era „risc". Acesta înseamnă „Posibilitatea de a ajunge într-o primejdie, de a avea de înfruntat un necaz sau de suportat o pagubă; pericol posibil".

Din nefericire, acest substantiv a dispărut din vorbirea multora dintre noi şi e momentul să ni-l reamintim pentru a mai repara câte ceva din uriaşele masacrări ale limbii contemporane. *(I.S.)*

(Urmare din pagina 1)

DUMITRU-DORIN PRUNARIU,

sau împlinirea celui mai îndrăzneţ vis

Lui Dumitru Prunariu i-au trebuit... 9 minute! Atâta timp a trecut pentru ca el şi Popov să ajungă în spaţiul cosmic după startul dat pe cosmodromul din Baikonur. Atât este între Pământ şi Cer: 9 minute, asta doar dacă eşti la bordul unei capsule cosmice. Iar la Cer, adică pe o orbită în jurul Pământului, dintre cei 7 miliarde de pământeni, au ajuns doar... 520 de-a lungul a 50 de ani!

Oameni şi amintiri. Dintre amintiri rămân deseori cele mai semnificative. Dumitru Prunariu a avut privilegiul să-l întâlnească pe cel care i-a trezit visul de a zbura în Cosmos. Aflat la comemorarea a 25 de ani de la lansarea primului satelit artificial al Pământului, în 1982, la Moscova, Dumitru Prunariu l-a cunoscut pe Hermann Oberth. Era prima apariţie în URSS a savantului german născut la Sibiu şi cosmonautul român a pomenit câteva din realizările de pionierat ale acestuia, concepute pe când trăia în România. Lumea a rămas stupefiată, nimeni nu ştia acea parte a biografiei lui Oberth. „Vă mulţumesc, domnule căpitan", i-a spus acesta lui Prunariu, strângându-i călduros mâna. Nimeni dintre cei prezenţi la simpozion nu ştia că Oberth lansase la Mediaş una dintre primele rachete cu combustibil lichid din lume în 1926, după ce Goddard făcuse acelaşi lucru în America.

Când eşti primul şi singurul cosmonaut român, recunoaşterea nu are cum să nu vină. Erou al URSS, Suprem Erou al RSR, Preşedinte al Agenţiei Spaţiale Române, Titlu de Doctor, ambasador, din 2011 preşedinte al Asociaţiei Exploratorilor Spaţiului Cosmic (ASE), a celor care au efectuat cel puţin o rotaţie completă în jurul Pământului la bordul unei nave cosmice, numărând azi 350 de cosmonauţi şi astronauţi, general maior al Armatei române, Membru de Onoare al Academiei Române, după cum se vede şi din înaltele aprecieri naţionale şi mondiale (mai multe sunt reproduse în carte), Dumitru Prunariu este o adevărată personalitate a României, un reper cu care avem toate motivele să ne mândrim. Cartea Anniei Muscă vine să confirme fără tăgadă acest lucru şi pentru asta ea merită cu prisosinţă atenţia noastră. Cu atât mai mult cu cât, după ce că nu ne mai preocupă propriile noastre valori, nu-i mai băgăm în seamă nici pe cei care măcar fac acest efort.

Săptămânalul „Magazin" este editat de

CASA EDITORIALĂ „MAGAZIN" S.R.L.

magazin

Înmatriculată la Oficiul Registrului Comerţului Bucureşti sub nr. J/40/2623/1991 din 8 mai 1991. Adresa: Bucureşti sector 1, Piaţa Presei Libere nr.1, cod. 013701.

CONSILIUL DE ADMINISTRAŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU – *Preşedintă*
GEORGE CUŞNARENCU – Administrator
NICUŞOR DINCĂ – Administrator

ISSN 0258-1523

REDACŢIA: Telefon: 021.317.89.64
Paul Ioan, Dorin Măran, Irina Stoica, Ioana Floria, Ionel Cojocaru, Adrian-Nicolae Popescu

ECHIPA DE SERVICIU:
Responsabil de număr: Irina Stoica
Secretar de redacţie: Gabriela Niţu

PUBLICITATE: Tel./Fax: 0722.625.622
DIFUZARE: Tel./Fax: 021.317.89.65
Nicuşor Dincă (director) - 0722.625.622, Simion Ionescu

FINANCIAR-CONTABIL:
Cont: RO74 BACX 0000 0030 0016 0000 (LEI) Unicredit Ţiriac Bank S.A. - Sucursala Panduri
Cont: RO24 RNCB 0072 0496 8985 0001 B.C.R. – Sector 1, Bucureşti

COLEGIUL DE REDACŢIE:
ECATERINA BĂTRÂNEANU
Preşedintă a Consiliului de Administraţie
Tel./Fax: 021.317.89.66

GEORGE CUŞNARENCU
Redactor şef

DOREL DORIAN, ADRIAN HOAJĂ, PAUL IOAN

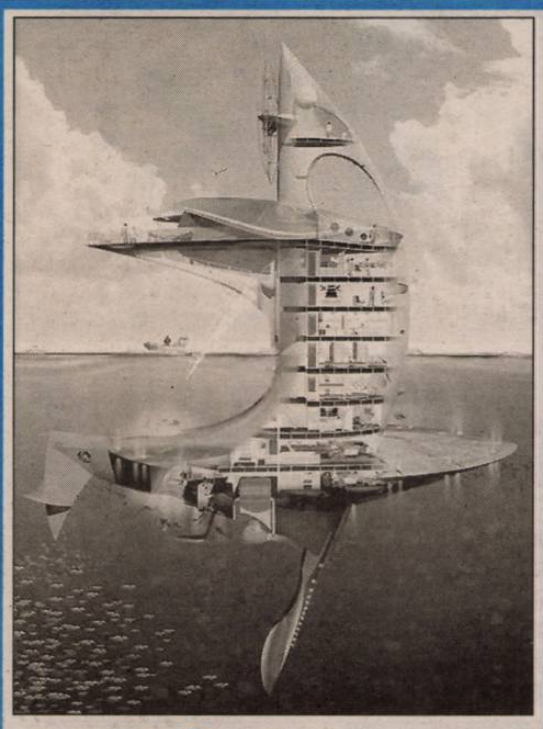
Cititorii din străinătate se pot abona prin Casa Editorială „Magazin" S.R.L. Piaţa Presei Libere nr.1, sector 1, Bucureşti, România
Fax: 021.317.89.66

Redactorii semnatari ai articolelor publicate în revistă sunt direct răspunzători, material şi din punct de vedere juridic, pentru exactitatea şi corectitudinea celor relatate. Revista îşi declină orice responsabilitate.

TEHNOREDACTARE COMPUTERIZATĂ:

„MAGAZIN"
Gabriela Niţu, Rodica Niţu

Tiparul: **INTACT S.A.**



Laborator oceanic „SF”

NASA şi Agenţia Spaţială Europeană susţin finalizarea unui proiect în premieră mondială. Este vorba de o staţie internaţională maritimă, denumită SeaOrbiter, care va avea forma unei nave desprinsă din filmele SF, prevăzută cu etaje şi spaţii destinate diverselor obiective şi care va evolua sub apă.

Construcţia va debuta în prima decadă a anului viitor şi va fi finalizată în aproximativ un an. La bord se vor afla zeci de biologi din diverse state care vor studia, prin hublourile de mari dimensiuni, fauna aflată pe fundurile oceanice şi vor încerca să descopere noi specii.

Adâncurile oceanice continuă să rămână un mister pentru oamenii de ştiinţă convinşi de faptul că acestea ascund nenumărate specii necunoscute de vieţuitoare. Vaporul – submersibil – va ieşi din când în când la suprafaţă (două treimi vor rămâne scufundate) pentru alimentarea cu energie generată de vânt, valuri şi razele de soare.

Evident, pentru captarea energiei vor fi utilizate dispozitivele necesare depozitate (instalate pe suporturi) în cale special amenajate.

Bătălia pentru atmosfera marţiană

În 5 octombrie a.c., India a lansat o sondă spaţială spre Marte pentru observarea atmosferei planetei, în special a metanului, un eveniment astronomic excepţional pentru prestigiul acestei ţări, care a atras atenţia întregii comunităţi ştiinţifice internaţionale.

Studiul atmosferei acestei planete-star prezintă un interes major în contextul explorării spaţiului din moment ce misiunea a fost urmată la scurt timp de o alta.

Luni, 18 octombrie, NASA a lansat cu succes din Cape Canaveral, Florida, sonda spaţială MAVEN în acelaşi scop. Aceasta s-a detaşat de cel de-al doilea etaj al rachetei purtătoare, Atlas V, după 52 de minute. În următoarele 15 minute au fost desfăşurate antenele solare ale sondei care asigură alimentarea electrică. După următoarele etape au fost transmise inginerilor de la NASA primele date de telemetrie.

În următoarele 3-4 săptămâni aceştia vor proceda la o serie de teste ale sistemelor sondei care vor intra în funcţiune experimental. Până în 24 decembrie vor fi executate toate cele patru corecţii pentru a asigura traiectoria precisă spre destinaţia finală. MAVEN va ajunge în preajma planetei în 22 septembrie 2014 şi va fi plasată pe o orbită eliptică, efectuând mişcarea de rotaţie în jurul planetei în 4 ore şi jumătate, distanţa de planetă oscilând între 150 şi peste 6000 de kilometri.

În prima etapă a misiunii, care va dura cel puţin un an, vor fi calibrate instrumentele aflate la bord pentru a fi studiate cu precizie toate straturile înaltei atmosfere şi interacţiunile acestora cu radiaţiile şi cu vânturile solare.

Va fi, probabil, dezlegat şi misterul legat de răspândirea în spaţiu a unei importante părţi a atmosferei care, în urmă cu peste un miliard de ani, era mai densă, producând efect de seră, ceea ce înseamnă că temperaturile erau mult mai ridicate.

Monstrul din Triasic reconstituit

Într-o legendă referitoare la o creatură gigantică mitică ce bântuia oceanele – denumită Kraken – aceasta este descrisă ca un monstru al monştrilor: uriaşă, de o voracitate înspăimântătoare, care sfâşia toate animalele întâlnite în cale.

A trăit în vremuri imemoriale, probabil în Triasic, în urmă cu 200-250 milioane de ani, conform opiniei unor paleontologi americani din Massachusetts care au descoperit în Nevada oseminte (vertebre) uriaşe ale unui ihtiozaur. Animalul, reconstituit virtual, are forma unui delfin şi mărimea unui autobuz.

În urma analizelor unor rămăşiţe de oase descoperite într-un sit ucrainean, o echipă de cercetători franco-ucraineană a dovedit faptul că uriaşele animale au fost vânate, în urmă cu aproximativ 100.000 de ani, cu mult timp înaintea „omului preistoric modern” (considerat a fi primul vânător de mamuţi), de către omul de Neanderthal.

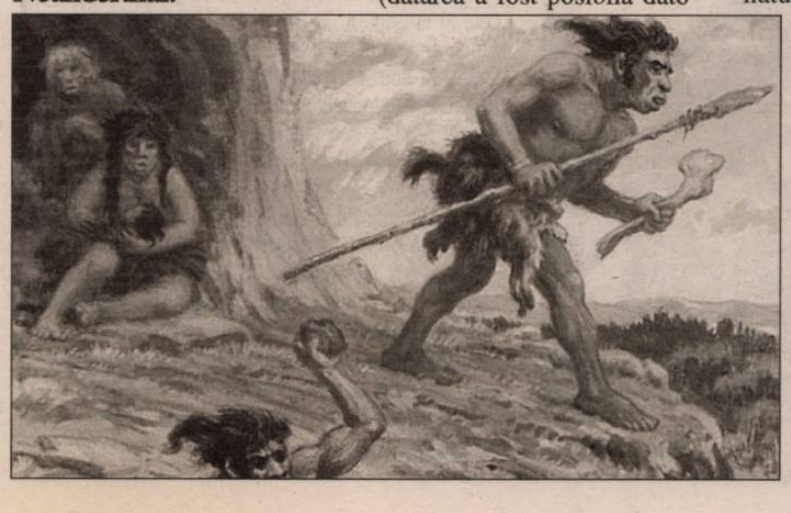
Neanderthal, la vânătoare de mamuţi

Situl a fost descoperit şi explorat în 1928, săpăturile arheologice continuând până în 1989, cu puţin înainte de construcţia unui baraj care a făcut imposibilă continuarea acestora. Săpăturile au pus în evidenţă existenţa a 4 straturi de interes geologic, ultimul fiind asociat epocii în care a evoluat omul de Neanderthal (datarea a fost posibilă datorită eşantioanelor de cărbune de lemn ars).

Au fost descoperite peste 2400 de resturi de oase, cele mai multe aparţinând mamuţilor lânoşi, celelalte, cerbilor, panterelor, cailor, vulpilor etc.

Cercetătorii s-au întrebat dacă animalele au fost vânate de omul de Neanderthal sau dacă acesta a prelevat carnea din carcase cu puţin timp ca animalele să moară natural. Unele au sfârşit de moarte naturală, altele au fost ucise (proporţia a fost de 50%), urmele loviturilor de arme fiind indubitabile. Oamenii de Neanderthal aveau avantajul, în această zonă, de a beneficia de capcane naturale graţie reliefului accidentat şi al defileurilor.

Repartiţia spaţială a oaselor (cranii, mandibule, vertebre, tibii etc.) în ansamblul sitului constituie un alt factor determinant în acreditarea concluziei.



Minirevoluţie în aeronautică

Inginerii întreprinderii aerospaţiale britanice Reaction Engines au realizat un sistem de răcire a aerului care pătrunde în motoarele unui avion cu peste 1000ºC în doar 0,01 secunde. În aceste condiţii, aparatul de zbor poate atinge viteza de Mach5, adică de 5 ori mai mare decât cea a sunetului (aceasta este 1224 km/h sau de 340 m/s în condiţii standard).

O performanţă remarcabilă în domeniul aeronauticii, dar care va fi pusă în practică peste 4-6 ani, după construirea avionului supersonic – va purta numele de Skylon – care va putea transporta 300 de pasageri.

Bilanţ pozitiv

La un an după implantarea – în cazul unui pacient care suferea de un cancer laringian – a unui laringe artificial, prevăzut cu un inel din titan şi un sistem de valve, echipa de specialişti de la Universitatea din Strasbourg care a monitorizat pacientul a

ajuns la concluzia că acesta este capabil să respire şi să se alimenteze normal.

Nu a fost observată nici o disfuncţie a sistemului, nici un indiciu al scăderii eficacităţii funcţionale. Singura problemă nerezolvată este asociată aparatului fonator, pacientul nereuşind până acum să vorbească ci doar să emită sunete. Recuperarea vorbirii, prin exerciţii asistate, dar într-o formă deficitară, este însă posibilă.

Mai puternic decât morfina

Un grup de cercetători chinezi specializaţi în analiza şi testarea pe cobai a diverselor substanţe care se regăsesc în miriapode, a identificat în veninul din „spinii” unei specii o substanţă analgezică, o

moleculă care inhibă receptorii nervoşi, neutralizând cele mai acute senzaţii de durere. Rezultatele obţinute pe cobai, cărora li s-au indus dureri cumplite au surclasat efectul morfinei. Curând, substanţa va fi experimentată şi în cazul unor subiecţi umani. Dacă nu apar efecte secundare nedorite, vor fi realizate în cel mai scurt timp primele crescătorii de miriapode.

Pagină realizată de
DORIN MĂRAN

RĂZBOIUL care a născut un IMPERIU

Conflictul militar care a opus Regatul Prusiei şi aliaţii săi, pe de o parte, şi Al Doilea Imperiu Francez, pe de altă parte, s-a finalizat cu victoria forţelor germane şi a avut urmări dintre cele mai importante pentru Europa. Împăratul Napoleon al III-lea este silit să abdice şi se naşte A Treia Republică Franceză. Pentru învingători a însemnat formarea Imperiului German, prin unificarea sub Coroana imperială a lui Wilhelm I de Prusia.

Împăratul luat prizonier

Războiul franco-prusac se întrevedea din cauza puterii crescânde a Prusiei. Franţa era alarmată pentru că germanii din Confederaţia Nordică Germană (care-l avea pe Otto von Bismarck drept cancelar) şi din unele state sudice tindeau să se unească şi să rupă echilibrul militar pe continent. Dar mai exista un mare conflict de interese, şi anume posibilitatea ca Spania să aibă un suveran german. Asta ar fi însemnat o aliantă excepţională şi un alt dezechilibru al puterilor în Europa. În consecinţă, Napoleon al III-lea a cerut garanţii că germanii nu vor trimite un rege în Spania. Dar o neînţelegere diplomatică a generat o iritare care s-a soldat cu declanşarea războiului. Regele Prusiei Wilhelm I a avut o întâlnire amicală cu ambasadorul francez Vincent Benedetti (iulie 1870), din care a reieşit, în mod eronat că Franţa ar fi fost insultată.

Artizanul întâmplării numite „Telegrama Ems" (Ems fiind o staţiune balneară) a fost însă Bismarck. Acesta avea interesul ca forţele unite ale germanilor să înfrângă Franţa. Şi aşa s-a şi întâmplat, planul lui Bismarck mergând ca pe roate. Napoleon al III-lea a declarat război Prusiei. A fost o greşeală fatală pentru împărat, deoarece Prusia avea aliaţi puternici în Confederaţia Nordică Germană şi unele state din sud precum Bavaria, Baden, Wurttemberg şi Hesse-Darmstadt.

Lupte în câmp deschis, gravură de epocă

Puternica alianţă germană a obţinut foarte rapid victorii în estul Franţei. Conflictele au culminat cu celebra Bătălie de la Sedan (1 septembrie 1870), când Napoleon al III-lea şi armata sa au fost capturaţi. Împăratul a căzut prizonier. A stat şase luni în custodia germanilor, care apoi l-au eliberat pentru a pleca în exil în Anglia (unde a murit în 1873). Franţa a devenit iar republică (a treia), iar guvernul condus de Adolphe Thiers a decis continuarea luptelor. Numai că aliaţii germani au asediat Parisul, care s-a predat la 28 ianuarie 1871. În acelaşi timp, Imperiul German este proclamat prin unificarea tuturor germanilor şi a prusacilor, sub conducerea împăratului Wilhelm I. Încoronarea s-a făcut tocmai în Sala Oglinzilor de la Versailles. Prin tratatul final de pace de la Frankfurt, Franţa pierdea o mare parte din teritoriile Alsaciei şi ale Lorenei. Totodată, din cauza acestei înfrângeri ruşinoase, în capitala Franţei s-a născut Comuna din Paris, revolta sângeroasă împotriva noului guvern.

Urmări grave pentru Europa

Înfrângerea Franţei şi pierderea unor teritorii alsaciene a născut în spiritul francez dorinţa de revanşă. Pe de altă parte, Imperiul German se consolida şi puterea sa militară avea să conducă la declanşarea Primului Război Mondial. Dar atunci germanii au fost învinşi de aliaţii europeni şi SUA, iar împăratul care l-a concediat pe Bismarck, Wilhelm al II-lea, a fost nevoit să abdice. Alsacia şi Lorena treceau iar la francezi. Hitler le va lua înapoi în 1940, însă Franţa le va recupera din nou la finele Celui de-al Doilea Război Mondial.

Fotodocument

Distrugător la debarcarea din Normandia

Distrugătorul american USS Hobson, cu cinci tunuri şi zece lansatoare de torpile la bord, a participat la Debarcarea din Normandia (6 iunie 1944), în zona codificată „Utah Beach", în flancul vestic al estuarului râului Vire (în total au fost cinci zone de atac).

Grupul de asalt american era condus de amiralul Don P. Moon. În fotografie se vede puntea plină cu cartuşele proiectilelor folosite de tunuri şi butoaiele cu explozibil... „Hobson" s-a scufundat în 1952, după o ciocnire accidentală cu altă navă americană.

ATTILA, împăratul hunilor

Attila Hunul

Istoricii se referă la marele conducător al hunilor numindu-l „Attila Hunul", conducătorul (împăratul) Imperiului Hunic între anii 434 şi 453 d.Ch. În acele vremuri de confruntări neîntrerupte între popoarele migratoare şi Imperiul Roman, graniţele acelui imperiu nu erau deloc precise şi se poate spune doar că teritoriul hunic se întindea de la râul Ural la Rin şi de la Dunăre la Marea Baltică. A fost epoca în care hunii erau cei mai periculoşi inamici ai Imperiilor Romane de Răsărit şi de Apus, însă Attila nu a cucerit nici Constantinopolul şi nici Roma.

Etimologia numelui Attila este complexă şi el poate proveni din cuvinte germanice, gotice sau gepidice, dar şi din alte surse, însemnând fie „Tată" fie „Conducător universal". În privinţa biografiei lui Attila, există mai multe surse, directe şi indirecte. Diplomatul roman Priscus a scris opt volume despre domnia lui Attila, fiind contemporan cu el. Ulterior au apărut legendele nordice şi ungare, fiecare văzându-l în mod obiectiv sau subiectiv. Este limpede că hunii au fost nomazi eurasiatici, având drept tehnică militară arcaşii călare şi suliţaşii. Ei au pătruns în Europa dinspre Volga şi au anexat vaste teritorii între Carpaţi şi Dunăre. Triburile germanice erau mereu în conflict cu ei şi multe popoare migratoare au fugit de huni în Galia romană. Împărţirea Imperiului Roman în Imperiul de Răsărit (Bizanţ) şi de Apus l-a determinat pe împăratul Valentinian al III-lea să facă o înţelegere cu hunii, pe care-i foloseau ca mercenari bine plătiţi. Patriarhul Constantinopolului, Nestorius, avertiza permanent asupra primejdiei hunice.

Attila în luptă, pânză de Delacroix

Tatăl lui Attila a fost Mundzuk, iar unchiul său a fost Rugila, împărat al hunilor. Când a murit Rugila, au rămas să conducă imperiul cei doi fraţi, Attila şi Bleda (Buda). Aceştia au făcut o înţelegere cu împăratul Bizanţului prin care primeau un tribut important... După mai multe confruntări cu vizigoţii, Bleda moare şi Attila rămâne unic lider al hunilor. El a încercat de mai multe ori să prade capitala Bizanţului, dar Theodosius a ştiut să fortifice cetatea.

De ce n-a atacat Roma

Attila s-a îndreptat apoi spre Regatul Vizigoţilor, cu sprijinul lui Valentinian al III-lea. Dar cum sora acestuia, Honoria, a devenit nevasta lui Attila (într-o împrejurare neclară), s-a iscat un conflict între huni şi romanii din Imperiul de Apus. Pentru a-l învinge pe Attila, suveranul roman s-a aliat cu regele vizigot Theodoric I şi în mai multe confruntări victoriile au fost împărţite. Dar Theodoric moare şi Attila îşi propune să ocupe şi să prade Roma. Era conştient pentru prestigiul său militar că eşecul de a cuceri Constantinopol putea fi şters dacă Cetatea Eternă va cădea la picioarele sale.

Cu armate bine mobilizate şi puse la punct cu arme de asalt, Attila invadează nordul Italiei şi obţine victorie după victorie. În acele circumstanţe, Valentinian trimite de urgenţă trei negociatori (printre care şi episcopul de Roma, Leo I) să facă pace cu Attila. Se pare că marele reprezentant al clerului creştin a ştiut să-l convingă pe Attila să nu atace Roma. El i-a povestit soarta unui alt cuceritor, regele vizigot Alaric I, care după ce a prădat Roma a murit (anul 410). Era o superstiţie morbidă care l-a convins pe Attila să cruţe Roma. De altfel, şi foametea cruntă din nordul Italiei l-a determinat pe liderul hunilor să se retragă înspre Dunăre (anul 451).

Moartea lui Attila (al cărui mormânt nu este cunoscut) stă sub semnul mai multor legende nesigure. În noaptea celebrării nunţii cu tânăra Ildico, el a decedat subit din cauza unei hemoragii stomacale. Unii istorici spun că ar fi fost ucis de nevastă...

Astăzi în istorie

28 noiembrie 1943

Conferinţa de la Teheran

Pentru prima oară de la începutul celui de-al Doilea Război Mondial, liderul URSS Iosif Stalin, preşedintele SUA Franklin D. Roosevelt şi prim-ministru al Marii Britanii (UK) Winston Churchill se întâlnesc la Conferinţa de la Teheran (Iran), care a început la 28 noiembrie şi s-a terminat la 1 decembrie 1943.

„Cei trei Granzi" (cum au fost porecliţi) au discutat probleme esenţiale cu privire la deschiderea unui nou front împotriva lui Hitler şi alte probleme postbelice. Istoricii subliniază că Stalin a fost cel care a dominat conferinţa, având în vedere relativ recenta victorie uriaşă a URSS în Bătălia de la Kursk (iulie-august 1943). După ce i-a asigurat pe aliaţii occidentali de tot sprijinul său, Stalin a fost în măsură să pună unele condiţii, pe care Roosevelt şi Churchill le-au acceptat. Printre aceste solicitări ale lui Stalin s-au aflat: modificarea graniţelor Poloniei cu URSS (mărirea teritoriului URSS), sprijinirea partizanilor iugoslavi şi instalarea unor guverne comuniste marionetă în următoarele ţări: Polonia, Cehoslovacia, România, ţările baltice. Acceptarea acestei situaţii de către occidentali urma să conducă la declanşarea „Războiului rece", după terminarea marii confruntări mondiale.

Trebuie subliniat că imediat după izbucnirea războiului dintre Germania şi URSS, şi SUA şi UK au sprijinit URSS material şi logistic. Iar deschiderea unui nou front împotriva lui Hitler, în nordul Franţei, era vitală pentru înaintarea URSS dinspre est către Berlin. S-a stabilit debarcarea în Normandia, conform Operaţiunii Overlord, care se va desfăşura începând cu istorica dată 6 iunie 1944 („D Day"). În treacăt fie spus, SUA nu doreau întărirea Imperiului Britanic, deşi acesta îi era aliat de nădejde.

Roosevelt a sosit la Teheran în cărucior cu rotile şi era foarte obosit după lunga călătorie până în Iran... La dineul oficial, Churchill i-a oferit lui Stalin un cadou din partea regelui George al VI-lea, şi anume „Sabia de Stalingrad", în semn de preţuire pentru victoria uriaşă a URSS împotriva lui Hitler de la Stalingrad (august 1942 — februarie 1943). Stalin a pupat sabia şi i-a dat-o mareşalului Voroşilov, care a scăpat-o pe jos...

Pagină realizată de **PAUL IOAN**

Descoperiri aproape de noi

A existat grupul „MAJESTIC -12”?

Una dintre problemele care obsedează ufologii americani şi îi divizează în tabere este existenţa sau inexistenţa unui grup oficial, misterios şi ultrasecret, numit Majestic-12 sau MJ-12, singurul care ar avea acces la toate secretele privind prezenţa extraterestră pe Pământ.

În iulie 2013 şi ufologul Grant Cameron a publicat opiniile sale despre acest subiect. El arată că ideea existenţei unui asemenea grup a apărut la începutul anilor 1980, atunci când investigatorul Bill Moore a publicat cartea de mare succes *The Roswell Incident* care se consideră că a fost precursorul obsesiei moderne privind accidentul de la Roswell.

La câteva zile de la lansarea cărţii, Moore a fost contactat de structurile de informaţii ale SUA, care au început să-i povestească despre grupul super-secret MJ-12, care ar fi fost înfiinţat de către preşedintele Harry Truman, pentru a gestiona problemele prezenţei extraterestre pe Pământ. Moore a fost alimentat cu informaţii atât de Richard Doty, sergent U.S. Air Force (USAF), cât şi de o a doua persoană, din partea CIA, care s-a prezentat cu numele de cod Falcon. Mai târziu, Moore a primit astfel de informaţii şi din alte 10 surse. Se crede că unele dintre acestea ar fi fost de fapt ex-directori ai CIA.

Implicarea lui Moore în povestea MJ-12 a culminat în 1987 când Moore şi alţi doi cercetători: Jamie Shandera şi Stanton Friedman au făcut publice o serie de documente în acest sens. Aceste documente, clasificate „Strict Secret Restricţionat”, pretindeau a fi o informare, destinată preşedintelui ales Dwight Eisenhower, despre grupul de 12 persoane de oameni de ştiinţă de nivel înalt şi oficiali militari care au alcătuit comisia de elită strict secretă MJ-12.

Grant Cameron precizează că a adunat, în cartea sa: *„UFOs, MJ-12, and Government Informants”* (OZN-uri, MJ-12 şi informatori ai guvernului), un mare număr de dovezi în favoarea existenţei unui asemenea grup. El a scris acolo că probabil documentele în acest sens au fost o scurgere de date, parţial adevărate şi parţial false, care a fost autorizată de către prezentul grup MJ-12, pentru a desensibiliza publicul cu privire la modul în care problema farfuriilor zburătoare a fost tratată de către Casa Albă.

O luptă cu morile de vânt

De asemenea, Cameron spune că a scris că, deşi o parte din conţinutul documentelor nu pare autentică (cum ar fi lipsa oricărei menţiuni privind existenţa unui extraterestru viu recuperat la Roswell), există o mulţime de dovezi care indică faptul că totuşi acest grup mitic MJ-12, menţionat în documente, ar fi existat. Cameron crede că documentele nu spun întregul adevăr pentru a evita încălcarea legii, prin dezvăluirea unor informaţii clasificate, ca şi pentru a proteja programul general privind OZN-urile. În favoarea existenţei unui grup MJ-12 el aduce un număr de dovezi; astfel:

Coautorul cărţii, T. Scott Crain, a identificat o femeie care în 1979 făcea parte dintr-o echipă de declasificare a documentelor din USAF, în Okinawa, Japonia. În timpul activităţii ei, a dat peste nişte înscrisuri care, chiar dacă nu erau identice cu cele MJ-12, păreau să conţină acelaşi material. Această femeie a fost hărţuită atunci când a fost lansată prima ediţie a cărţii, în 1991.

În 1987, la doar câteva zile după ce Moore a făcut publice documentele MJ-12, fostul preşedinte al Universităţii statului Pennsylvania, Eric E. Walker a spus: „Da, ştiu de MJ-12. Ştiu de ei de 40 de ani. Dar cred că încercarea de a-i identifica este o luptă cu morile de vânt!”.

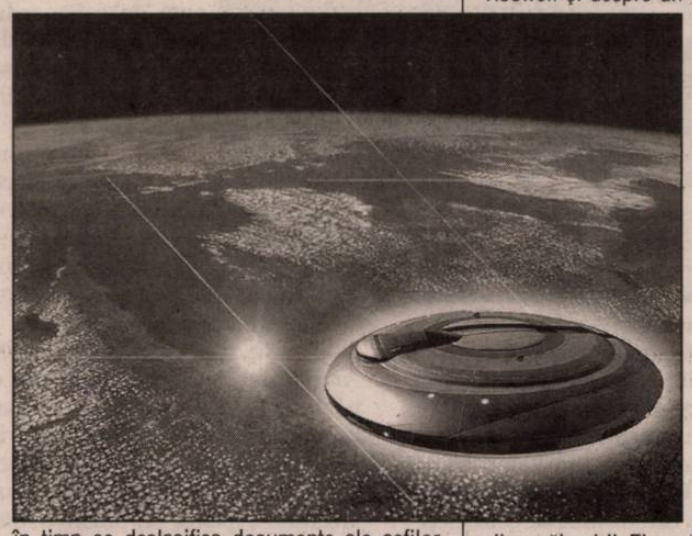
Moya Lear, soţia lui Bill Lear, inventatorul de la firma Lear Jet, rugat de fiul său, John Lear, l-a sunat pe prietenul ei, generalul de patru stele James Doolittle, să îl întrebe dacă a existat un asemenea grup. Doolittle a confirmat existenţa grupului, dar a spus că aceasta este tot ce poate spune.

Astronautul Edgar Mitchell, comandantul misiunii lunare Apollo 14, a declarat că, pe baza surselor sale, grupul MJ-12 a existat.

General Arthur E. Exon, care în 1947 era la Wright Field, atunci când au sosit aici resturile prăbuşirii de la Roswell, a declarat că era conştient de existenţa unei comisii de control OZN, alcătuit în principal din ofiţeri şi de personal din informaţii, de nivel foarte înalt. El nu-şi mai amintea numele grupului.

În iulie 1989, Bob Oeschler a înregistrat o conversaţie cu Bobby Ray Inman fost director adjunct CIA. Acesta a declarat „că MJ-12 a însemnat ceva pentru el şi că „a fost conştient de existenţa unui program de „îndoctrinare a publicului” cu privire la OZN-uri. El a recunoscut că, înainte de pensionarea sa, avusese „ceva experienţă”, în zona de OZN-uri, dar în momentul conversaţiei informaţiile sale nu mai erau la zi.

O altă confirmare a existenţei MJ-12 a venit de la un arhivist de la Arhivele Naţionale din College Park, Maryland, care, după o prelegere a lui Cameron în Eureka Springs, Arkansas, în 2005, i-a spus acestuia că lucrase la declasificarea documentelor, având acces la documente guvernamentale înainte ca acestea să fie date publicităţii. Un coleg al său,



în timp ce declasifica documente ale şefilor Statelor Majore Reunite, a văzut documente purtând pe ele sigla MJ-12.

Harold Stuart, un fost membru al administraţiei Truman, a fost menţionat într-o carte din 2005 a lui Robert Collins, ca făcând parte pe atunci dintr-un comitet consultativ pentru MJ-12. Răspunzând la o scrisoare a investigatorului Brian Parks, Stuart a declarat: „Îmi amintesc vag de MJ-12, dar nu într-atâta încât să pot face un comentariu... Nu am făcut parte din comitetul consultativ MJ-12 şi am doar o amintire vagă a acestui proiect sau grup. Am cunoscut pe cei mai mulţi dintre generalii pe care i-aţi menţionat în scrisoarea dumneavoastră, dar îmi pare rău, nu pot aduce mai multă lumină pe solicitarea făcută”.

Investigatorul Lee Graham a scris multe scrisori şi a depus zeci de cereri, în numele legii libertăţii de informare (FOIA), pentru a încerca să valideze documentele MJ-12. La 24 mai 1990, Serviciul de Investigaţii al Apărării (DIS) a răspuns la una dintre cererile sale, trimiţându-i înapoi copiile documentelor MJ-12, având pe partea de jos a fiecărei pagini menţiunea „declasificată”. Graham nu a reuşit niciodată să afle cine a făcut această declasificare, nici dacă documentele erau autentice.

Într-o scrisoare din 1987, trimisă de John Andrews bunului său prieten Ben Rich, preşedintele Lockheed Skunk Works, Andrews declara că ştie de mulţi ani de MJ-12, „chiar dacă oficial el nu a existat”. Într-o discuţie cu Lee Graham, Andrews a spus că a auzit de MJ-12, la începutul anului 1984, deci cu aproape un an înainte ca investigatorii Moore şi Shandera să primească într-o scrisoare cópii ale documentelor MJ-12.

De la lansarea cărţii lui Grant Cameron, în ianuarie 2013, au apărut alte două noi dovezi care contribuie la confirmarea faptului că a existat un grup de control MJ-12. Prima a venit de la o poveste spusă de Jesse Marcel Jr., fiul ofiţerului de informaţii de la Roswell Army Air Base, primul care a istorisit detaliile prăbuşirii OZN din iulie 1947. La „Audierile Cetăţenilor privind Dezvăluirea”, organizate în mai 2013, Marcel spunea că „în urmă cu un număr de ani” a fost chemat la Washington DC, pentru o întâlnire într-o cameră securizată în clădirea Senatului, de către Dick D'Amato, fost consilier şef şi investigator şef al Comisiei de Credite al Senatului, care cerceta zvonurile finanţării retroingineriei unor farfurii zburătoare la Aria 51, fără ştirea Senatului. Dar deşi avea o autorizare de securitate Top Secret şi puterea unei citaţii din partea Comisiei de Credite al Senatului, nu a putut penetra aceste proiecte, care erau controlate de o echipă care era stăpâna tuturor proiectelor negre.

Ficţiune sau nu?

Marcel spunea că el şi D'Amato s-au întâlnit în jurul unei mese de conferinţe, pe care era un roman scris de Whitley Strieber numit *„Majestic”*, tratând despre accidentul de la Roswell şi despre un grup de control MJ-12, înfiinţat pentru a face faţă venirii extratereştrilor pe Pământ. D'Amato i-a spus: „Vreau să vă zic ceva. Aceasta (arătând spre carte), nu este ficţiune”. Marcel a întrebat, „Când aveţi de gând să spuneţi asta publicului?” D'Amato a răspuns: „Dacă ar fi după mine aş fi făcut-o ieri, dar nu depinde de mine. Sunt aici doar pentru a investiga costul păstrării secretului. În realitate, există un guvern negru. Ei au controlul asupra resturilor prăbuşirii. Ei nu răspund faţă de nimeni şi nu sunt aleşi. Ei au o cantitate nelimitată de bani de cheltuit. Ei sunt cei care au controlul asupra acestui domeniu”.

Cea de a doua piesă de noi dovezi a venit de la o sursă foarte puţin probabilă — Dr. John Alexander, fost colonel în Armata Statelor Unite. În cartea sa: *„UFOs: Myths, Conspiracies and Realities”* (OZN-urile: Mituri, conspiraţii şi realităţi), colonelul subliniază că, deşi OZN-uri sunt reale, ele nu sunt de interes pentru guvernul american, şi, prin urmare, nu există nicio muşamalizare a faptelor de către oficialii americani.

Alexander mai este cunoscut şi ca organizatorul, la mijlocul anilor 1980, a întâlnirilor „grupului de fizică teoretică avansată”, destinate găsirii unei noi viziuni guvernamentale asupra problematicii OZN. Accesul la aceste întâlniri avea exact acelaşi tip de clasificare „Top Secret — restricted” ca şi documentele MJ-12. Într-un interviu radio din 15 iunie 2013, cu Nancy Du Tetre, John Alexander a admis că grupul MJ-12 a existat, dar că nu se ocupa doar de OZN-uri ci mai ales de continuitatea guvernării, pentru a preveni decapitarea nucleară a Statelor Unite.

Pagină realizată de
DAN D. FARCAŞ

Despre forţa Cuvântului şi a Numelui

În numărul precedent, vorbeam la această rubrică despre forţa incredibilă, fantastică, pe care cuvântul rostit (dar şi cel scris ori numai gândit) îl are în viaţa noastră de fiecare clipă. Invocarea (atenţie: nu numai de către persoanele născute creştine!) Mântuitorului poate avea rezultate pozitive extraordinare, pe orice plan al existenţei noastre.

Un material cel puţin interesant în acest sens ne este prezentat pe www.esoterism.ro, cu exemplificări inclusiv din viaţa cotidiană, pe care cu uşurinţă le putem recunoaşte. De 2000 de ani, mijlocul ideal pentru purificarea unui loc, precum şi pentru purificarea aurei, constă în rostirea celui mai puternic Nume din Terra aurica — Numele lui Iisus Hristos, se spune în materialul amintit. În momentul în care doi oameni rostesc cu voce tare Numele lui Iisus Hristos sau se roagă în comun se formează o cupolă mesianică comună, cu circumferinţa de cel puţin 21 de paşi, iar în interiorul acesteia apare o linie divină comună. Plasele mesianice activate cât mai mult timp într-un loc oarecare, permit arderea tuturor noxelor aurice.

Interacţiunea aurei unui om, care are format corpul haric al plaselor mesianice, cu aura altor oameni care nu îl au format, prilejuieşte un spectacol magnific de lumină, sunet, culoare şi mirosuri. Să ne imaginăm, de exemplu, o petrecere mondenă — o recepţie la un local — unde sunt adunate aproximativ 50 de persoane. Fiecare dintre aceste persoane are propriile sale noxe lipite de aură. Unele persoane resimt invidie faţă de situaţia vestimentară, socială sau financiară a celor din jur. Altele afişează ostentativ veşminte „de firmă”, în pas cu moda, maşini scumpe sau bijuterii. Unii bărbaţi râvnesc pe ascuns la soţiile celor alături sau la modul în care oamenii de afaceri au reuşit să câştige în timp scurt averi importante. Sunt şi din cei care jubilează, amintindu-şi „tunurile” sau de „ţepele” prin care s-au îmbogăţit. Există în grup atât femei, cât şi bărbaţi roşi de gelozie, care îşi privesc comesenii cu zâmbete făţarnice ori cu invidie abia disimulată. Ei bine, toată această societate „selectă” care se constituie la o petrecere mondenă formează o aură comună de aproximativ 100 de metri, a cărei rezultantă vectorială se manifestă ca luminozitate, culoare, miros şi sunet. Este de înţeles că rezultanta aurei comune nu poate avea decât o culoare cenuşie cu inflexiuni negre şi emite un sunet supărător şi un miros asemănător celui dintr-un container de gunoi care a stat prea mult timp sub arşiţa soarelui.

În pofida imaginii deloc atrăgătoare descrise, dacă una dintre persoanele prezente la petrecere rosteşte — chiar şi într-o discuţie oarecare — Numele lui Iisus Hristos, se produce fenomenul uimitor al formării instantanee a plaselor mesianice. Prima care îşi formează plasele mesianice este persoana care a rostit, chiar şi într-o discuţie banală, Numele lui Iisus Hristos. Foarte repede, plasa mesianică devine din ce în ce mai mare, acoperind aura comună a locului în care se află cele 50 de persoane. Timp de aproximativ 30 de secunde, aura comună pare a fi în flăcări: „scurtcircuite”, fulgere luminoase însoţite de sunete înalte şi de mirosuri plăcute. Când cele 30 de secunde se vor fi scurs, plasa mesianică se stinge, iar aura comună se purifică: toate noxele au dispărut ca prin farmec. Cel puţin până la lăsarea întunericului nu se mai întâmplă nimic neplăcut. Chiar dacă, în virtutea obişnuinţei căpătate în timp, cei prezenţi se gândesc încă la ale lor, se simte o uşoară stânjeneală generală şi o uşoară indispoziţie când este atacat un subiect delicat. O umbră de înviorare şi de bună dispoziţie se aşterne peste cei prezenţi; fiecare, interior, parcă îşi descoperă o altă faţă şi pare a fi animat de sentimente mai bune, dornic, dintr-o dată, să se împace cu toţi şi cu toate. Pe lungimea de undă a unui clarvăzător nu mai rămâne decât un miros covârşitor de pâine caldă, abia scoasă din cuptor, înmuiată în vin roşu.

Prin formarea corpului haric al plaselor mesianice, fiecare om continuă în planul terestru, prin exercitarea liberului arbitru, activitatea lui Iisus Hristos, participând conştient la „eradicarea rapidă a seminţei răului din locuinţa fiilor femeii”, cum se spune în lumea eterică. Dacă doi sau mai mulţi oameni (trebuie să fie cel puţin două persoane) rostesc împreună Numele lui Iisus Hristos, se formează o structură aurică comună, care îi învăluie pe toţi; de asemenea, se formează o singură linie divină. Instantaneu, din prezentul continuu în care se manifestă în trupul invizibil percepţiei normale, Iisus Hristos se alătură celor aflaţi în trupul fizic, împlinind cele ce le-a spus la începutul erei creştine, în faţa apostolilor: „...unde sunt doi sau trei adunaţi în Numele Meu, acolo Eu sunt în mijlocul lor”.

ADRIAN-NICOLAE POPESCU

E bine de ştiut

Prima zăpadă impune sfaturi de sezon

După o toamnă lungă şi frumoasă, cu temperaturi agreabile ne vedem obligaţi să ne acomodăm rapid cu rigorile iernii, zăpezii, gheţuşului.

Un prim sfat, ar fi ca viteza dumneavoastră de mers pe un caldarâm îngheţat să fie moderată. Dacă s-a întâmplat să cădeţi şi nu este cineva în preajmă să vă ajute, încercaţi să rămâneţi calmi şi să mişcaţi cu grijă picioarele pentru a vedea dacă aveţi mobilitate. Apoi, încercaţi să vă mobilizaţi pentru a vă ridica în picioare. Dacă vă doare glezna, s-a înroşit, s-a inflamat şi simţiţi o căldură, poate fi vorba despre o entorsă. În funcţie de gravitate, aceasta poate fi uşoară, medie, dar poate fi de gradul 3-4, cu ruperi de ligamente sau cu fracturi. Încercaţi să eliberaţi glezna care se umflă de strânsoarea încălţămintei, pe partea accidentată. Găsiţi un loc mai ferit de zăpadă sau de gheaţă, aveţi grijă să nu alunecaţi din nou. Solicitaţi asistenţă medicală şi nu vă mai mişcaţi pentru a nu agrava entorsa sau fractura.

Entorsa de gleznă, în aparenţă banală, cere îngrijire, imobilizare şi recuperare. Sunt cazuri frecvente când o entorsă poate fi recuperată în 3-4 luni, ca să nu punem la socoteală şi tratamentul fizioterapeutic, balnear etc.

Cei cu risc maxim de accidentare sunt copiii şi vârstnicii. Un sfat pentru cei în vârstă: ar fi ideal să folosiţi un baston. Ar fi un al treilea punct de sprijin, care să vă ajute în special iarna, când drumul este alunecos.

Departe de a fi o suferinţă banală, entorsa de gleznă este problematică prin felul în care se manifestă, prin complicaţiile maleolare ce apar.

Cu atenţie mai mare la mers puteţi evita, acum, la început de iarnă, un accident neplăcut. e de preferat să vă bucuraţi de zăpadă în condiţii de sănătate.

Dr. VALERIU MANTA

Ce mantou alegeţi?

Pentru această iarnă creatorii de modă vă dau mână liberă să alegeţi fie un mantou clasic, fie unul gen redingotă, fie unul gen capă sau pelerină. Totul depinde de imaginaţia, gustul şi silueta dumneavoastră. Astfel, redingota este ideală pentru a marca o talie fină. Dacă vă surâde ideea, talia poate fi accentuată şi cu o eşarfă purtată în chip de cordon.

Adeptele stilului sport pot purta peste pantaloni din stofă de lână într-o culoare vie, o jachetă groasă, tot din stofă de lână, lungă până spre genunchi, cu o croială masculină, închisă la două rânduri.

Mantoul cu linie dreaptă este perfect. Neatins de oscilaţiile modei, poate fi purtat în orice împrejurare şi are şi avantajul de a estompa formele.

În mare vogă a revenit capa scurtă dar şi pelerina, capabile să vă confere un plus de feminitate, rafinament şi mister.

Pentru dumneavoastră, doamnă

Pledoarie pentru... cafea

Zilnic, în întreaga lume, locuitorii planetei noastre consumă peste 2 miliarde de cești de cafea. Datorită conținutului ridicat de antioxidanți, multe studii științifice asociază consumul de cafea cu reducerea riscului de apariție a cancerului.

Cercetători ai Universităţii Harvard din Marea Britanie au demonstrat că persoanele care au între tabieturi şi obiceiul de a bea zilnic una-două cești de cafea, prezintă un risc cu 20% mai scăzut de a face anumite tipuri de cancer: de piele, de prostată, de sân, de vezică urinară, de colon, de ovare, de pancreas sau de rinichi.

Cofeina, unul dintre elementele conţinute de cafea este recunoscută pentru efectul stimulant asupra sistemului nervos central. În plus, este o sursă importantă de antioxidanţi, comparabilă cu vinul roşu sau cu ceaiul verde. Din acest motiv nu consumul moderat (1-2 cești pe zi) este combătut, ci abuzul, care devine periculos. Acesta poate genera hipertensiune arterială şi alte probleme cardio-vasculare, dar şi afecţiuni gastrointestinale.

Revenind la valenţele cafelei, cea mai puţin contestată este cea legată de îmbunătăţirea capacităţii de concentrare şi, implicit, creşterea performanţelor intelectuale. Atunci

când vă aşteaptă o zi „încărcată”, ar trebui să beţi dimineaţa o ceaşcă de cafea îndulcită cu zahăr brun. Este cea mai bună metodă prin care creierul este pregătit pentru activităţi solicitante, susţin cercetători spanioli de la Universitatea din Barcelona. Ei au demonstrat că aceste elemente îşi potenţează efectele, stimulând atenţia şi memoria. Datorită antioxidanţilor, care îi conferă proprietăţi antiîmbătrânire, cafeaua are şi un rol de protecţie împotriva maladiei Parkinson.

Consumul a trei cești de cafea pe zi reduce cu 25% riscul de a dezvolta diabet zaharat. Aceasta este concluzia cercetătorilor de la Institutul Internaţional de Sănătate din Austria. Se apreciază că substanţele conţinute de cafea reduc nivelul zahărului din sânge şi ajută la accelerarea metabolismului glucidic.

De consumul moderat de cafea pot beneficia şi persoanele cu astm, deoarece aceasta conţine teofilină, o substanţă cu efecte bronhodilatatoare.

Totuşi, specialişti ai Societăţii Americane de Chimie subliniază că boabele de cafea conţin şi substanţe, cum este catecholul, care irită sistemul digestiv. Din acest motiv cei care suferă de gastrită, ulcer sau afecţiuni hepatice ori biliare trebuie să evite cafeaua.

Dosarele frumuseţii

Greşeli de evitat

1. Despre riduri se spune că sunt semn al trecerii anilor. Şi totuşi, v-aţi gândit vreodată că o mimică a feţei mai puţin controlată poate „săpa” riduri adânci? Atunci când ridicaţi sprâncenele şi vă încruntaţi fruntea se umple de riduri. Dacă gestul se repetă des, vă va fi greu să ştergeţi urmele acestei greşeli.

2. Încruntarea feţei are un impact major asupra frumuseţii. Este de dorit să vă controlaţi expresia feţei când mergeţi pe stradă, chiar şi atunci când gândul vă zboară la lucruri nu tocmai agreabile sau când vă nemulţumeşte ceea ce vedeţi în jur. Încercaţi să abordaţi un chip cât mai senin.

3. Deseori când citiţi o carte sau sunteţi la birou, involuntar atingeţi faţa chiar dacă mâinile nu sunt foarte curate. Mai mult, unele femei au obiceiul de a-şi sprijini fruntea în palmă, fapt ce are ca efect o întindere forţată a pielii frunţii şi a celei din zona ochilor. Perpetuate, aceste greşeli accentuează laxitatea pielii.

4. Obişnuinţa de a sprijini capul în palmă şi a împinge bărbia în piept pot accentua ridurile gâtului. În plus, pielea devine mai laxă sub conturul osos al maxilarului.

5. Se recomandă ca zilnic să efectuaţi exerciţii pentru tonifierea zonei cefei. Neglijarea acestora duce în timp la apariţia bărbiei duble sau a guşei.

6. Aceleaşi efecte, greu de estompat poate avea şi adoptarea unei poziţii greşite în timp ce faceţi sport. De aceea, când faceţi sport controlaţi poziţia capului: privirea trebuie să fie mereu îndreptată spre înainte, gâtul întins, iar bărbia la un unghi de 90 de grade.

7. Expirarea forţată a aerului în timpul şedinţelor de fitness poate duce la formarea ridurilor verticale din jurul gurii. Corect este să inspiraţi pe nas şi să expiraţi aerul pe gură. Nu o faceţi forţat, cu grimase, ci lăsaţi aerul să iasă singur, prin compresia abdomenului şi a diafragmei.

8. Frecarea ochilor este un alt obicei nedorit. Deşi pleoapele şi ochii reprezintă o zonă reflexogenă importantă, care poate induce o senzaţie plăcută când sunteţi obosite, totuşi frecatul des al ochilor vă va îmbătrâni mai devreme. Pielea din zona ochilor, extrem de fină va dobândi repede un aspect creponat.

9. Dormitul preponderent pe aceeaşi parte accentuează ridurile de pe partea respectivă. Ţineţi cont şi de faptul că obiceiul de a dormi pe burtă obligă o parte a feţei să stea strivită ore în şir, pe pernă. Liniile „de somn” de pe faţă, uneori se văd adânc imprimate. De dorit, dacă vreţi să vă „salvaţi” faţa, ar fi să dormiţi pe spate.

10. O altă greşeală, repetată aproape zilnic de unele femei, ar fi demachierea agresivă. Corect ar fi să aplicaţi pe faţă suficientă cremă demachiantă, pe care să o lăsaţi câteva minute pentru a se înmuia fardurile şi anticearcănul. Îndepărtaţi apoi, cu mişcări delicate, crema demachiantă.

Gastronomice

Ouă franţuzeşti

10 ouă, 200 ml ulei, 100 g muştar, 3 castraveţi în oţet, 100 g smântâna, sare, piper.

9 ouă se fierb tari şi se taie pe lungime în jumătate. Bărcuţele obţinute se aşază cu interiorul oului în sus pe un platou întins şi puţin adânc. Dintr-un gălbenuş fiert, unul crud şi ulei se face maioneză. Castraveţii se taie cubuleţe mici şi se adaugă peste maioneză împreună cu muştarul şi smântâna. Se potriveşte de sare şi piper. Se mai poate adăuga şi caşcaval ras. Peste ouă se presară puţină sare şi putin piper după care se toarnă sosul obţinut din ingredientele de mai sus. Se poate orna cu verdeaţă, după gust.

Salată de legume cu peşte

6 roşii mici, 100 g fasole verde fiartă, 5 cartofi fierţi, 2 ardei graşi, o conservă de ton, o cutie fileuri de anchois, 100 g măsline negre, 3 ouă fierte tari, o ceapă mică, 3 căţei de usturoi, 4 linguri ulei de măsline, 2 linguri oţet de vin alb, o lingură capere, busuioc proaspăt, sare, piper.

Se pune un ou deoparte, pentru sos. Frecăm bine un castron cu usturoi, iar ce rămâne se toacă mărunt. Se taie fasolea bucăţi. Cartofii, ceapa şi ardeiul gras se taie în rondele. Roşiile şi ouăle se taie în sferturi. În castron se pune un strat de cartofi, deasupra un strat de fasole verde, apoi roşiile, ceapa, ardeiul gras şi se presară restul de usturoi. Se termină cu fileurile de anchois, tonul mărunţit, măslinele şi feliile de ou. Se potriveşte de sare şi piper. Se face un sos din ulei amestecat cu oţet şi gălbenuşul celui de-al treilea ou. Se toarnă peste salată şi se presară cu busuiocul tocat şi capere.

Conopidă la cuptor

2 conopide, 200 g caşcaval sau brânză, pesmet, 2 ouă, smântână, sare, piper.

Conopida desfăcută se fierbe în apă cu sare. Ungem cu ulei un vas nu foarte adânc şi apoi se tapetează cu pesmet. Se pune un strat de conopidă peste care se presară pesmet, caşcaval şi apoi câte două linguri de smântână. Se condimentează stratul cu sare şi piper după gust şi se continuă alternativ până se termină conopida. Se pune la cuptor vasul şi se lasă 10 minute. În acest timp se bat ouăle cu puţină sare şi cu 2 linguri de smântână. Se scoate vasul şi se toarnă deasupra acest amestec şi apoi se mai lasă la cuptor până compoziţia formează o crustă aurie.

Paste cu nuci

500 g paste făinoase, o lingură sare, 200 g nuci, 150 g zahăr.

Se fierb pastele. Nucile se ţin puţin la cuptor după care se dau prin maşina de tocat. Se scurg pastele, se pun într-un castron peste care se adăugă nucile amestecate cu zahăr şi se amestecă bine.

Pagină realizată de
ECATERINA BĂTRÂNEANU

„Imperiul celest” 2

Realizările excepţionale într-o mare diversitate de domenii ale civilizaţiei chineze din timpul dinastiei Song (secolele X-XIII) au marcat istoria din perioada respectivă. Înflorirea economiei a fost stimulată, semnificativ, de o serie de invenţii: praful de puşcă, tiparniţa cu piese mobile, busola magnetică, diverse maşini de război etc.

Caravanele asigurau un comerţ prosper între China şi Asia Centrală, intensificat şi de transportul mărfurilor pe cursul fluviilor şi al canalelor prevăzute cu ecluze (acestea apar în Europa de-abia în secolul al XIV-lea), rute care se întindeau pe distanţe de peste 50.000 de kilometri! În fiecare an, mii de tone de mărfuri erau transportate în jonci uriaşe dotate cu compartimente etanşe, 4 punţi, 8 catarge şi 12 pânze, unele jonci depăşind 100 de metri lungime!, care ajungeau în Peninsula Indochineză, Golful Persic sau în Imperiul Sumatra.

Marinarii, care aveau temeinice cunoştinţe de navigaţie, ştiau să interpreteze factorii meteorologici, beneficiau şi de busole magnetice, primele de acest gen realizate în lume. Pentru a facilita formalităţile comerciale, chinezii dinastiei Song au emis monede (din carton).

La sfârşitul secolului al X-lea, marii negustori din provincia Sichuan au imprimat şi utilizat, cu titlu privat, primele monede produse din lemn de dud, invenţie care va fi preluată în 1024 de administraţia Song.

În ceea ce priveşte industria, aceasta se dezvoltă vertiginos pentru a răspunde nevoilor militare şi practicilor agricole. Sunt construite furnale înalte, în care era ars antracit, la care lucrau mii de muncitori. Ceea ce a dus şi

Litere tipografice mobile

la dezvoltarea industriei miniere. În acea epocă a luat o amploare fără precedent creşterea viermilor de mătase (sericicultură); o diversificare şi dezvoltare importante ale sectoarelor de activitate care au îmbunătăţit semnificativ standardul de viaţă al chinezilor, au ridicat nivelul de urbanizare etc.

Populaţia din capitala Kaifeng, a imperiului de nord, a ajuns în 1126 la peste 500.000 de indivizi iar cea din capitala Hangzhu, din sud, la aproape 1 milion. Capitalele imperiale, în care erau concentrate elitele, reprezentau cei doi uriaşi poli politici, militari, economici, financiari şi culturali ai imperiului.

Monede din carton

Perfecţionarea tehnicii de xilografie a permis editarea de lucrări cu câteva secole înaintea europenilor: documente istorice, politice şi administrative, enciclopedii, tratate de medicină, agricultură, astronomie etc., opere literare. Biblioteca imperială conţinea în 1042, aşa cum atestă un catalog întocmit în acel an de apogeu, aproximativ 40.000 de lucrări.

Inovaţiile în domeniul tipografiei, mai exact realizarea primelor litere mobile, din pământ ars, a dat un impuls formidabil dezvoltării tipografiilor. Şi arta a fost la mare cinste. Au apărut din ce în ce mai mulţi pictori, decoratori, scriitori, cântăreţi. Matematica, astronomia, ştiinţele naturale au cunoscut un avânt formidabil.

Au fost realizate instrumente sofisticate de investigaţie, orologii (cel mai important avea o înălţime de 12 metri), observatoare astronomice etc. Dezvoltatea economică a imperiului a atras atenţia mongolilor care îl vor invada şi-l vor reuni la sfârşitul secolului al XIII-lea, formând dinastia Yuan.

DORIN MĂRAN

Drumeţii şi popasuri

Cheile Taşnei

Dacă ajungeţi pe Valea Cernei, la 12 km amonte de Băile Herculane, cam la 2 km de la capătul lacului de acumulare „Şapte Izvoare”, veţi vedea un stâlp care indică intrarea în *Cheile Taşnei*. Timp de două ore veţi avea prilejul să mergeţi pe unul dintre cele mai frumoase defilee săpate în calcar. Acestea sunt *Cheile Taşnei,* situate în versantul drept al Văii Cernei, impresionante fiind mai ales datorită sălbăticiei locurilor şi a frumuseţea peste sufletul oricui se încumetă să le străbată. Cheile deschid perspective asupra Văii Cernei şi a versantului ei nordic, dominat de Vârful Arjana. Prin chei curge Taşna, odată graniţa dintre imperiul austro-ungar şi Ţara Românească. Încă se mai vede poteca săpată în stâncă pe care patrulau grănicerii.

Traseul pe *Cheile Taşnei* porneşte chiar de la motelul Dumbrava iar urcuşul nu este foarte uşor. Cu răbdare ajungeţi în locul unde ciobanii vă aşteptă cu bucate alese. După ce aţi ieşit din pădure daţi de o lume mirifică. Stâncăriile vă lasă cu gura căscată iar cascadele vă ajută să vă stingeţi setea. O drumeţie, mai bine zis călătorie pe Cheile Taşnei este o adevărată poveste spusă de pietre, de ape, de foşnetul copacilor şi de lumina izbăvitoare a Soarelui ce se arată duios printre stânci. Numai ciobanii cunosc bine locurile. Afişe scrise de mână, lipite pe trunchiurile arborilor, vă invită să nu precupeţiţi niciun efort pentru a poposi, sus la stână unde multe din tainele oieritului le puteţi cunoaşte. Pe *Cheile Taşnei* vremea se schimbă de la o oră la alta. Este bine să aveţi cele necesare în rucsac. Imaginile de pe aceste chei sunt uluitoare.

spectaculozităţii formaţiunilor stâncoase întâlnite de-a lungul lor: abrupturi, grohotişuri, râuri de pietre. Pe tot parcursul cheilor care ba se îngustează, ba se lărgesc, veţi întâlni cascade ce taie respiraţia prin pitoresc şi unicitate. Fie că eşti speolog, alpinist, botanist sau un simplu turist, *Cheile Taşnei* îşi revarsă

IOANA FLORIA

Amprente ale spiritualităţii

Mănăstirea Cozia

Înălţată pe Valea Oltului, încărcată de istorie, Mănăstirea Cozia, cu obşte de călugări, are hramurile „Sfânta Treime” pentru Biserica Mare, „Sfinţii Apostoli”, pentru Biserica Bolniţă, „Adormirea Maicii Domnului”, pentru Paraclisul lui Amfilohie şi „Duminica Tuturor Sfinţilor” pentru Paraclisul Arhim. Ioan de la Horez.

Locaşul a fost ctitorit între 1387-1388 de domnitorul Ţării Româneşti, Mircea cel Bătrân (1386-1418). Sfinţirea a fost oficiată la 18 mai 1388. Iniţial s-a numit Nucet, dar după o vreme a primit numele muntelui aflat în apropiere. A suferit mult de-a lungul vremurilor dar toate stricăciunile cauzate de cei care au călcat aceste pământuri au fost înlăturate de reparaţii efectuate cu multă grijă.

Importante lucrări de restaurare au fost făcute de Neagoe Basarab, care în 1713 a construit, sub cerdacul chiliilor, fântâna care îi poartă numele. Evenimentele sunt consemnate într-o inscripţie aflată în partea de nord a Bisericii.

În timpul domniei lui Constantin Brâncoveanu, paharnicul Şerban Cantacuzino face şi el serioase reparaţii între 1706-1707, adăugând pridvorul bisericii mari, cerdacurile chiliilor şi ale altor clădiri din incintă, bucătăria. Tot atunci a fost realizat havuzul cu apă, aflat la intrarea în biserică. Între clădirile anexă trebuie remarcate: Paraclisul Egumenului Amfilohie de la Cozia, construit în colţul de sud al Chiliilor în 1583 şi Paraclisul Arhimandritului Ioan de la Hurez, ridicat în colţul nordic în 1710.

Între 1848-1856 domnitorii Gheorghe Bibescu şi Barbu Ştirbei refac clădirile aşezământului şi construiesc două pavilioane dintre care s-a păstrat până în zilele noastre numai o singură construcţie, care a fost reşedinţă domnească. Chiliile şi cele două paraclise au fost consolidate între 1958-1962 când a fost restaurat întregul ansamblu.

Biserica mare a fost ridicată de meşteri din Moravia din piatră şi cărămidă, alternanţa rândurilor sugerând şi modele sârbeşti. Este ridicată după plan trilobat, împărţită în încăperile clasice iar pridvorul deschis este susţinut de patru coloane din piatră în faţă şi două coloane în spate.

Catapeteasma originală a ars şi, în locul ei, a fost realizată o alta din zid, în 1794. Deasupra naosului este o turlă decagonală, luminată de ferestre şi păstrând în vârf crucea din vremea lui Mircea cel Bătrân. Tot din acea perioadă datează şi bogatele ornamente sculptate în piatră, care împodobesc edificiul. Policandrele din interior sunt cele dăruite de Constantin Brâncoveanu.

În pronaosul bisericii se află mormântul lui Mircea cel Bătrân, mort la 4 februarie 1418. Piatra funerară a fost aşezată însă în 1938. Tot aici a fost îngropată şi mama lui Mihai Viteazul, călugărită sub numele Teofana. Pictura originală, realizată în frescă între 1390-1391 s-a păstrat numai în pronaos. În naos şi în altar, pictura, tot în frescă, a fost lucrată în 1707, cu prilejul reparaţiilor făcute de Şerban Cantacuzino. Pe peretele de vest al naosului sunt pictaţi Mircea cel Bătrân şi fiul său, în costume de cavaleri, iar în stânga Şerban Cantacuzino şi famlia sa. Pictura a fost refăcută de Preda Zugravul şi fiii săi Ianache, Sima şi Mihail. În 1984-1986 ansamblul mural a fost refăcut în întregime.

Mănăstirea Cozia a fost un important centru cultural, aici trăind o serie de călugări cărturari care au tipărit cărţi în românește şi slavonește. În zilele noastre locaşul păstrează multe obiecte de valoare în muzeul special amenajat. Mai trebuie amintit că în „Cerdacul lui Mircea” din corpul din chilii dinspre Olt a scris Grigore Alexandrescu poezia: „Umbra lui Mircea. La Cozia”.

IRINA STOICA

Fantezie supremă

Mâini care desenează, Escher

A fost odată ca niciodată un pictor grec antic, născut prin anul 464 î.Ch. Numele său era de mare faimă: Zeuxis. El ştia să picteze atât de bine, încât privitorilor li se părea că tot ceea ce face Zeuxis este plin de viaţă, este aievea. Într-o zi, el a pictat o natură moartă (cum spunem azi), adică un

Închisoare, Giovanni Piranesi

paner plin cu fructe, printre care şi struguri. După ce a terminat şi s-a aşezat să se odihnească lângă zidul pe care lucrase, cei din jurul său au văzut cum un stol de rândunele a coborât în viteză din văzduh să ciugulească boabele de strugure pictate de Zeuxis... Un pictor rival întru măiestria de a picta lucruri care par adevărate l-a rugat pe Zeuxis să-i admire o pictură murală, iar pentru aceasta Zeuxis trebuia să tragă cortina de pe zid. Dar când a vrut să pună mâna pe cortină, şi-a dat seama că şi aceasta era pictată. Rivalul se numea Parrhasius şi a câştigat supremaţia pictorilor din Atena, Zeuxis recunoscându-se învins.

Putem spune fără nici un dubiu că „pictura care păcăleşte ochiul" a fost inventată în Antichitate. Era o modalitate prin care isteţimea şi iscusinţa artiştilor generau fantezii supreme denumite mult mai târziu iluzii optice. Cu alte cuvinte, artiştii se jucau cu realitatea, transformând-o într-un fel de paradox. Aşa s-a jucat italianul de mare prestigiu Andrea Mantegna la castelul ducal din Mantua, unde a pictat plafonul „Camerei mirilor" ca şi cum acesta este deschis spre înaltul cerului (pe la mijlocul secolului XV). Şi faimoşii Correggio şi Carpaccio au realizat astfel de iluzii minunate, cu teme religioase.

Renaşterea a fost marea deshizătoare de drum în pictura care păcăleşte ochiul, căci maeştrii din acea perioadă au descoperit perspectiva şi legile ei... Şi a venit secolul XVIII cu bizarul pictor Giovanni Piranesi (1720-1788), a cărui operă a făcut legătura

Cascada, Escher

dintre iluziile optice renascentiste şi cele moderne. Piranesii a creat un ciclu de gravuri intitulat „Închisori imaginare", în care scări care nu se mai termină niciodată sunt asociate unor fabuloase edificii suspendate dincolo de legile gravitaţiei. Unii au spus că este opera unui om aflat în delir, cu febră mare şi care a evadat din realitate.

Mai aproape de zilele noastre, un artist uluitor prin creaţiile sale paradoxale a fost Maurits Cornelis Escher (1898-1972). Desenator excelent, respins la Şcoala de Arhitectură din Haarlem (Olanda), învaţă pianul şi tâmplăria pentru a se întreţine. El se dedică „artei imposibilului", în care distorsiunile geometrice şi asociaţiile paradoxale sunt atât de autentice, încât numele său va rămâne veşnic legat de „plăcerea de a traumatiza privirea".

Astfel, pentru Escher „Relativitatea" este o combinaţie năucitoare de scări verticale cu scări orizontale, care te fac să nu mai ştii sensul real al drumului. Poate cel mai traumatizant afront adus bunului simţ vizual este „Cascada", în care apa căzută la parter alimentează cota superioară a cursului apei! Paradoxul vizual care te încruntă, dar te face şi să zâmbeşti, ne aduce aminte de paradoxul bărbierului: Luciano bărbiereşte *toţi* bărbaţii din Sevilla care nu se rad singuri. Atunci pe Luciano cine-l bărbiereşte?

Nu putem încheia foarte scurta noastră incursiune în lumea „iluzioniştilor" fără a-l aminti pe marele umorist englez William Hogart, care prin gravura sa „Satiră sau falsă perspectivă" (1754) ne atrage atenţia asupra faptului că „noi creăm lumea".

Nasul pus la treabă

Americanul Andrew Dahl este deţinătorul unui excepţional record, dar nu umblă cu nasul pe sus. El a reuşit să umple 23 de baloane în trei minute, cu aer suflat printr-o nară! Succesul a fost repurtat în martie 2010 şi de atunci n-a mai îndrăznit nimeni să-l doboare. Nu este o probă prea elegantă, dar este aducătoare de glorie.

ZIGZAG în timp şi spaţiu

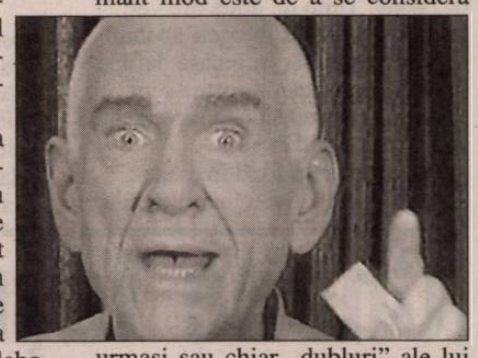
● ***Churchill, om de cultură.*** Una dintre cele mai proeminente personalităţi ale secolului XX a fost Sir Winston Churchill (1874-1965). Un sondaj al BBC efectuat în 2002 şi intitulat „Cei mai importanţi 100 de britanici" l-a

desemnat pe Churchill „cel mai mare dintre toţi" – cu voturile a peste un milion de persoane. De altfel, la înmormântarea sa (1965), prin decret regal, a fost folosit un tren funerar special, iar în onoarea sa au fost prezenţi cei mai mulţi şefi de stat care s-au întâlnit cu un astfel de prilej. Ei bine, numai britanicii au avut un prim-ministru (două mandate, la al doilea retrăgându-se din cauza bolii) laureat al Premiului Nobel pentru literatură (1953). În culisele acestei distincţii stă un mare „secret" al lui Churchill, şi anume activitatea pe tărâm cultural a acestui brav om de stat.

Sir Winston Churchill a fost scriitor, memorialist şi pictor. Poate unora le va veni greu să creadă, dar în toate funcţiile înalte în care a fost nu a avut salariu – până la legea din 1911. Pentru a-şi menţine standardul ridicat de viaţă, el a fost nevoit să scrie cărţi, să colaboreze la multe reviste. Dar toţi cei apropiaţi lui ştiau că suferă de o depresie cronică (în pofida unei căsnicii fericite), boală pe care o numea „câinele negru". Pentru a-l alunga, Churchill obişnuia să picteze cu o vervă de mare artist. Era un apropiat al curentului impresionist, deşi la cumpăna secolelor XIX-XX se afirmau moderniştii. Acest hobby a fost, se pare, cel care l-a ajutat să trăiască până la optzeci şi cinci de ani, cu toate că alcoolul şi trabucurile nu l-au ocolit. Prima carte i-a apărut în 1898, iar Premiul Nobel pentru literatură l-a primit pentru cele trei volume de memorii şi cele şase volume privind cel de-al Doilea Război Mondial. A scris şi patru volume de istorie, de la invazia romană a teritoriilor britanice şi până la Primul Război Mondial. Faţă de o asemenea personalitate a politicii şi intelectualităţii britanice, cea mai mare onoare (după opinia mea) a constat în fundarea Colegiului Winston Churchill – încă în timpul vieţii, în 1958. Tot în onoarea sa, preşedintele SUA John F. Kennedy a instituit titlul de Cetăţean de onoare al SUA, primul beneficiar fiind Winston Churchill (1963), dar acesta nu s-a putut prezenta la Casa Albă.

Sir Winston Churchill s-a născut prematur (la şapte luni) şi în copilărie s-a luptat cu un defect de vorbire. Tatăl său i-a spus pe patul de moarte să se afirme cât mai repede, că s-ar putea să moară tânăr...

● ***Sete de celebritate.*** Există cazuri speciale de persoane care doresc atât de mult să devină populare, încât uită complet de ridicolul în care se scufundă. Cel mai ilar şi totodată cel mai alarmant mod este de a se considera



urmaşi sau chiar „dubluri" ale lui Iisus Christos. A te impune omenirii drept al doilea Christos este, culmea!, o tentativă care a reuşit în câteva cazuri, chiar în secolul XX.

Unul dintre exemplele năucitoare şi relativ recente este cel al americanului Marshall Applewhite (foto), creatorul cultului (sectei) „Grădina raiului" (în 1972). Şi asta pe când avea 41 de ani (fiind născut în 1931), deci era un om în plină maturitate a gândirii. Acest Applewhite s-a născut în familia unui preot presbiterian, în Texas. Dar această apartenenţă nu avea să conteze în cariera sa „spirituală". Sectanţii credeau că evacuarea Pământului e unica soluţie. Cum? Applewhite i-a convins că binevoitoarea cometă Hale-Bopp (descoperită în 1995 şi care trebuia să treacă pe lângă Terra) poartă o navă cosmică cu care vor evada din această lume impură... Fără comentarii.

Pagină realizată de
PAUL IOAN

„Neliniştitul" Rifkin

Poate că unii consideră exagerate scenele din filme în care din apele unor râuri apar cadavre sau părţi din corpul unor victime. Partea neştiută a acestor scenarii este că realitatea este cea care-i inspiră pe scenarişti. Un exemplu notoriu este cel al criminalului în serie Joel Rifkin, omul care a fost prins din greşeală, pe o şosea dintr-o suburbie a New-York-ului, din cauza faptului că nu avea plăcuţe de înmatriculare. Dacă nu făcea această eroare de amator, poate că Rifkin continua să ucidă cu aceeaşi frenezie. Poliţia l-a oprit la victima cu numărul nouăsprezece.

Copil adoptat, ca şi sora sa mai mare, Joel Rifkin (născut 1959) a fost un timid şi un sperios. Dar învăţa foarte bine, avea un IQ peste 128 („inteligenţă vie"), numai că i-a fost foarte greu să urmeze colegiul din cauza dislexiei (greutate de exprimare). Era mare iubitor de plante şi de arta fotografică. Însă deficienţele de exprimare îl determinau să fie foarte sceptic în legătură cu apropierea de o fată. Banii pe care-i câştiga, pe când era la colegiu, îl folosea la plata prostituatelor găsite în ziare. Din aceste motive, depresia s-a instalat curând. Sinuciderea tatălui

adoptiv (pe care-l iubea enorm) i-a agravat deviaţia psihică şi o formă violentă a bolii a explodat. Din 1989, Rifkin a început să se răzbune, pentru toate necazurile sale, pe prostituate, şi în special pe cele care se drogau. Le ucidea la început în maşină, apoi a trecut la varianta asasinării lor acasă, în locuinţa unde mai stăteau mama şi sora sa. Pentru a-şi pierde urma, Rifkin dezmembra trupurile şi le arunca în East River (New York). Nu s-a aflat nici astăzi dacă sora sa ştia de obsesiile criminale ale fratelui.

În 1993, pe când avea o victimă în portbagaj (numai picioarele, pe care voia să le arunce în apă), poliţia l-a somat să oprească din cauza lipsei plăcuţei de înmatriculare. Dar Rifkin a crezut că scapă prin viteză şi a început o cursă nebună, care s-a terminat într-un stâlp... A fost condamnat la închisoare pe viaţă, dar nici aşa „peripeţiile" nu s-au încheiat. Era violent cu ceilalţi colegi, aşa că a fost dus la izolare pentru aproape cinci ani. Apoi a dat statul în judecată, cerând 77 de milioane despăgubiri morale. Dar instanţa nu i-a dat dreptate. Dacă-i dădea, conform legii americane, toţi banii s-ar fi dus la victimele lui Joel Rifkin (foto), în total nouăsprezece femei. Procurorii nu au reuşit să dovedească decât nouă.

Știați că...

◆ ...Reykjavik, capitala Islandei, este cea mai nordică dintre capitalele lumii? Este un oraș cu circa 112,2 mii locuitori.

◆ ...se spune că temperatura în nucleul Soarelui este de aproximativ 14 milioane de grade Celsius? La suprafață sunt 6000°C.

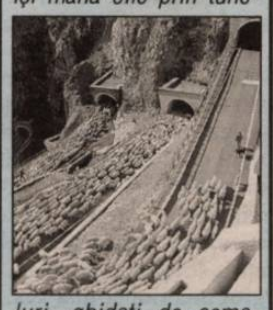
◆ ...Veneția a fost construită pe 118 insule? Acestea sunt unite prin 400 de poduri.

◆ ...termenul „gotic", referitor la artă, a fost folosit întâia oară de unii autori renascentiști italieni? Ei atribuiau apariția și ceea ce considerau „urâțenia", atât de îndepărtată de canoanele clasice ale arhitecturii medievale, triburilor barbare de goți, care distruseseră Imperiul Roman și cultura lui în secolul al V-lea.

◆ ...panda roșu este un animal pe cale de dispariție? Poate fi găsit la altitudini de la 2000 până la 4800 în Munții Himalaya.

◆ ...populația indiană yaqui trăiește pe coasta de vest a Mexicului, în special în sudul statului Sonora? Sunt singurii vorbitori de limbă cahita din familia lingvistică utto-aztecă.

◆ ...în Pasul San Boldo (Italia), ciobanii au ore fixe în care își mână oile prin tuneluri, ghidați de semafoare? În orele respective oile ocupă toată șoseaua și toate tunelurile.



Știați că...

Palatul-mănăstire Escorial

Palatul a fost înălțat pe o colină, la 50 de kilometri de Madrid de Filip al II-lea al Spaniei. Monarhul le-a cerut arhitecților vremii să-i realizeze o mănăstire-palat într-un stil simplu, sever, nobil dar fără aroganță, majestuos, fără ostentație.

Escorialul, construcția dorită de suveran, era un edificiu în stilul Renașterii severe, puternic influențat de Reformă, cu o fațadă monotonă dar inspirând putere. În spațiile acestei lucrări simple se află un palat, o mănăstire, un loc închinat învățăturii și un mausoleu pentru odihna veșnică a conducătorilor Spaniei.

Asemenea tatălui său, Carol al V-lea, Filip al II-lea era unul dintre luptătorii înverșunați împotriva „ereziei" protestante. El însuși se considera un campion al catolicismului în Europa. Mănăstirea și întregul edificiu au fost închinate Sfântului Laurențiu, un martir spaniol, adorat de Filip încă din copilărie. I-a fost adus totul drept ofrandă cu ocazia victoriei spaniole asupra francezilor de la St. Quentin din 1557, în ziua Sfântului Laurențiu, 10 august. Construcția de la poalele munților Sierra de Guadarrama devenea un simbol al credinței, al luptei și al puterii regale.

Palatul regal, situat la o altitudine de 1125 metri, în răcorosul Escorial, devenea un loc ideal pentru familia regală care fugea din Madrid în timpul cumplitelor călduri pe perioada verii.

Primul arhitect al lui Filip a fost Juan Bautista de Toledo, asistentul lui Michelangelo la San Pietro din Roma. A început lucrările în 1563 dar moartea sa prematură, în 1567 a lăsat în urmă neliniște și consternare, cu toate că fundațiile fuseseră așezate și mulți pereți ridicați. Existau de asemenea o mulțime de planuri și chiar o machetă în lemn a construcției. Lucrările au fost continuate de fostul său asistent, Juan de Herrera (1530-1597), un soldat obișnuit care a fost scos din armată pentru a lucra cu Juan Bautista ca desenator tehnic.

Herrera a urmat planurile înaintașului său dar a avut și o mare influență asupra construcțiilor, în special asupra celei a bisericii. Mulți i-o atribuie în întregime dar el recunoaște doar proiectarea acoperișurilor. Lucrările au durat 21 de ani și toți pereții exteriori au fost acoperiți cu granit de Guadarrama de culoare gri, în armonie cu mediul înconjurător. Piatra a fost adusă de la carierele din apropiere cu 200 de care trase de boi, atent îngrijiți de un călugăr.

Palatul, sobru a fost considerat de unii „a opta minune a lumii". Herrera a reușit să-i dea acel aer impunător cu toate că au existat și unele voci care au protestat împotriva simplității fațadelor. Biblioteca în special, cu liniile ei curbate, frescele și tavanele pictate, poate fi pusă alături de cea din Vatican dar este mult mai întunecoasă din cauza lambriurilor închise la culoare, a tapiseriilor atârnând deasupra și a scaunelor și băncilor masive din lemn.

Prin contrast, camerele lui Filip al II-lea sunt de o sobrietate unică. De aici regele conducea unul dintre cele mai mari imperii din Europa și America de Sud. Totul era mobilat cât se poate de simplu, semănând mai mult cu o mănăstire decât cu un palat. Herrera a rămas inspector regal în construcții și de aceea, ani în șir, multe edificii din Spania au împrumutat stilul său auster, așa cum îl ceruse regele.

În ceea ce privește interioarele, Filip al II-lea s-a interesat îndeaproape de toate decorațiile. Există, atât în mănăstire cât și în celelalte clădiri, fresce vaste purtând semnăturile lui Cambriaso Luca și Pellegrino Pellegrini, catapetesme executate de Tizian și El Greco. Acestuia din urmă i s-a respins chiar o lucrare pe motiv că nu inspira devoțiune. Succesorii lui Filip au expus și ei în mănăstire lucrări de Tintoretto, Rubens și Velasquez.

Filip al II-lea a intervenit de asemenea și în realizarea grădinilor suspendate, alegând cu grijă încă dinainte de terminarea palatului florile care urmau să fie plantate aici.

Simboluri ale umanității

Lupercus

Este un vechi zeu din mitologia romană, ocrotind turmele și pe cei care le îngrijesc. Mai târziu a început să fie confundat cu Pan și sărbătoarea Lupercalia, care îi era închinată inițial, a fost transferată cultului zeului cu picioare de țap.

Sărbătoarea, simboliza comuniunea om-natură, ieșirea cu turmele la păscut. Avea loc pe 15 februarie și era deschisă prin sacrificarea a doi țapi. După sacrificiu, preoții luperci alergau prin cetate lovind trecătorii, în mod simbolic evident, cu niște curele speciale făcute din pieile țapilor respectivi. Superstițiile vremii spuneau că gestul va aduce tot anul noroc în turme, belșug în holde și sănătate.

Din alaiul sărbătoresc făcea parte și Luperca, o zeiță cu atribute neclare, păzitoarea peșterii în care lupoaica mitică i-a alăptat pe Romulus și Remus.

Turnul Ceasornicului

Turnul Ceasornicului din municipiul Giurgiu este o construcție masivă, din piatră. A fost ridicat de turci în 1700 pentru a supraveghea mișcările trupelor românești. La începutul secolului XX i s-a adăugat un ceas care există și astăzi. Are o înălțime de 22 de metri.

Pagină realizată de **IRINA STOICA**

Cerbi-„capcană”

Lupta împotriva braconajului în care sunt eliminate toate mijloacele, strategiile cunoscute în lume, a luat o turnură spectaculoasă în Florida. Rezultatele unui proiect care a debutat în urmă cu un an s-au finalizat în fabricarea de roboți.

Nu este vorba despre roboți-combatanți, ci de roboți-țintă, dotați cu camere video camuflate, cu un sistem care sesizează șocul, zgomotul – chiar dacă se folosesc puști cu amortizor – și care transmite informațiile poliției rutiere și paznicilor.

Mai exact, este vorba de animale robotizate, a căror înfățișare este aidoma celor reale, plasate în diverse locuri din liziera pădurilor. Primele care au fost realizate – cele mai valoroase din fauna pădurilor din Florida – sunt cerbii și căprioarele, deseori vânate, ilegal, din mașină, în special noaptea și în condițiile în care nu există martori.

Roboții, bine ancorați în sol pentru a nu se prăbuși sub tir, prezintă sub blană o armătură metalică pe care gloanțele nu pot s-o străpungă. Până acum au fost reținuți 6 braconieri care riscă (este un fel de a spune, pentru că detenția este inevitabilă) un an de închisoare la care se adaugă o amendă de 2500 de dolari. (D.M.)

Cum să te ridici la ceruri

Pesemne oricare dintre cei ce au binevoit să plece din această lume nu tocmai primitoare de-o vreme încoace s-au gândit că ideal ar fi – cum s-ar spune – să se ridice la ceruri. O chestiune absolut banală, consideră reprezentanții unei firme spaniole de pompe funebre, care propun transformarea cenușii rezultate în urma incinerării defunctului într-un fel de jerbă de foc.

În realitate, proiectul aducător de bani este ceva mai îmbârligat, el presupunând colaborarea dintre o societate organizatoare de funeralii pe internet și o alta cu profil... pirotehnic, care, se-nțelege, pur și simplu are grijă să-l arunce în aer pe răposatul categoric insensibil la asemenea preocupări lumești. Ei, dar nu oricum!

Stimabilii producători ai momentului lacrimogen s-au gândit că această veritabilă trecere între lumi trebuie să se facă după o rețetă aproape culinară: pui într-un recipient cenușa mortului, adaugi, după gust, o cantitate de material exploziv, precum și un cod ce indică identitatea protagonistului (totuși, definitiv nesimțitor) și descrie biografia sa, spre luarea la cunoștință de către eventualii destinatari cerești, după care dai foc.

Un foc care îi costă pe neconsolații apropiați (încă) în viață ai defunctului până spre 500 de euro. Mort să fii, noroc să ai! *(A.N.P.)*

(Ne)plăcerile sexului la serviciu...

Moda drăgostelii prin cele mai neașteptate locuri are și ea farmecul ei, fără îndoială, însă uneori neprevăzutul își bagă coada și e nevoie cumva de marcarea teritoriului interzis cu un avertisment pentru năbădăioși, care să-i pună în gardă asupra potențialelor „amenințări” domestice.

Un exemplu în acest sens îl constituie cauza unei plângeri înregistrate recent de justiția australiană. O funcționară i-a cerut angajatorului său plata unor daune, din pricină că a fost rănită de căderea unei lămpi electrice, pe când dama respectivă se afla în

toiul unei „ședințe” amoroase la locul de muncă. De muncă intelectuală, mă rog, dacă ne referim la profesia sa oficială...

De fapt, accidentarea se concretizase printr-o ușoară julitură la nivelul nasului și al buzelor, dar – culmea! – nu aceste detalii trecătoare au intrigat-o atât de tare pe reclamantă, ci faptul că ar fi suferit o traumă psihică în urma supărătorului incident. Partea mai spectaculoasă însă abia acum vine, căci să nu vă închipuiți cumva vreo năzdrăvănie petrecută pe un birou cu furnir de mahon!

Doamna se afla în timpul unei deplasări în interes de serviciu, iar necazul l-a pățit în camera de hotel plătită, evident, de patronul său. Ca să vezi până unde poate duce tupeul! Noroc că judecătorii au analizat cum se cuvine și au respins plângerea. Acum, e drept, nu se mai știe cum a rămas – vorba lui nenea Iancu – cu onoarea nereperată a duducuței... *(A.N.P.)*

Ferrari, cuceritorul!

Doi tineri prezentabili, amabili, din Las Vegas, aflați în locuri diferite, au încercat să testeze reacțiile celor mai frumoase fete pe care le-au abordat, invitându-le – pe rând – să facă o plimbare cu două mașini Ferrari Italia 458 (închiriate), de un roșu strălucitor.

În timpul „negocierilor” multe dintre ele s-au arătat deosebit de rezervate – unele au spus NU!, care s-a transformat în scurt timp în DA! În timpul periplului pe străzile orașului, s-au arătat încântate, atente la accesoriile mașinii și la atitudinea și chipul șoferului care, conform planului, le-a făcut, cu tact, avansuri. Cu foarte puține excepții, fetele (aveau peste 16 ani!) s-au arătat receptive, acceptând o întâlnire, o excursie. Ceea ce era de așteptat...

În cea de-a doua etapă a experimentului a fost folosit același scenariu până la un anumit punct, când tinerii le-au mărturisit că mașina este închiriată. De data aceasta atitudinea divelor s-a schimbat fundamental. Unele au insistat să oprească mașina, altele să ajungă cât mai repede la locul de plecare. N-au lipsit nici reproșurile, insultele și chiar înjurăturile mai ales în momentul în care șoferul (șoferii) a ținut să precizeze că totul a fost o glumă.

Dar până la glumă lucrurile au apărut într-o lumină clară: cu un Ferrari poți câștiga inimi greu accesibile. *(D.M.)*

Comoara din avion

Oamenii de serviciu ai unui aeroport din estul Indiei au descoperit, împreună cu echipajul, în toaleta unui avion, 24 de lingouri de aur, valorând peste un milion de dolari. Contrabanda cu aur este practicată pe scară largă în India, cea mai mare „consumatoare” din lume a acestui metal. Avionul aparținând companiei Jet Airways era parcat pe aeroportul din Kolkato (Calcutta), după un zbor la Patna, în nordul țării.

Echipa însărcinată cu efectuarea curățeniei își executa îndatoririle de fiecare zi când au fost găsite două sacoșe în toaleta avionului. Acestea conțineau lingourile respective de aur de câte un kilogram fiecare. Aurul este folosit mult în India, în special la oficierea căsătoriilor și ceremoniilor religioase.

Indienii cumpără aur sub formă de bijuterii, lingouri, monede și pentru a se apăra de inflație. Guvernul încearcă să reducă această tendință prin creșterea taxelor dar se pare că acest lucru nu a ameliorat câtuși de puțin situația. Este al cincilea incident de acest fel petrecut pe un aeroport indian.

Primii patru contrabandiști au fost prinși dar aurului găsit de această dată nu i se cunoaște proprietarul. *(I.S.)*

A supraviețuit 15 zile în condiții extreme

Aiden Madison, în vârstă de 37 de ani, și-a petrecut mult timp în ultimii ani la vânătoare în diferite zone din SUA, de multe ori solitar. În urmă cu câteva săptămâni și-a pregătit echipamentul și-a pornit spre podișurile Wignaming din Munții Stâncoși. Și... nu s-a mai întors. După ce familia a alertat Asociația vânătorilor și pe cea a salvamontiștilor, câteva echipe au pornit în căutarea sa, pe diverse rute. Au fost nevoite să se întoarcă și să se refugieze în cabane din cauza declanșării unor furtuni persistente. Cercetările au fost reluate dar fără succes. Nicio urmă nu indica traseul urmat de imprudentul temerar. În cele din urmă a fost descoperit de un grup de vânători care erau la curent cu dispariția sa, într-o prăpastie dintr-o pădure în care s-a rătăcit, aflată sub tutela serviciilor forestiere federale a căror activitate a fost sistată în urma blocajului financiar care a bulversat numeroase sectoare de activitate americane. Aiden, care a fost găsit în stare de inconștiență, a fost transportat urgent la spital unde, după câteva săptămâni, medicii l-au pus pe picioare.

Cum a reușit să supraviețuiască în fundătura în care s-a prăvălit, alegându-se cu răni, cu contuzii dureroase, în condițiile în care temperatura cobora în timpul nopții spre minus 3-4 grade Celsius?

Experiența, pușca, cuțitul, rucsacul cu haine de schimb, sacul de dormit, lanterna etc. i-au fost de un folos vital. Cu un picior prins sub o stâncă și un braț rănit pe care l-a sterilizat cu alcool și bandajat, a reușit, cu eforturi incredibile, să aprindă focul din frunze, crengi, să se hrănească din provizii iar când acestea s-au sfârșit, cu diverse viețuitoare, inclusiv un șarpe.

Cât despre apă, exista din belșug într-un mic canal de unde și-o procura cu o cană legată de o sfoară. O experiență dură, în care își aștepta sfârșitul, dar pe care acum o privește „peste umăr”, cu mândrie, cu un sentiment de plinătate, de izbândă și cu... umor. *(D.M.)*

Crimă cu surprize!

Nu aduce anul ce aduce ceasul, s-ar putea spune, dacă ne gândim la surpriza anchetatorilor unei crime petrecute în capiatala Indoneziei, Jakarta.

Aici, poliția ancheta moartea unei tinere, dar au descoperit ceva la care nu s-ar fi așteptat nicicum: o veritabilă menajerie exotică adăpostită de o vilă de lux, printre exemplarele rarisime numărându-se și un li-

gru – felină rarisimă rezultată din încrucișarea dintre un leu și o tigresă!

Victima, o femeie în vârstă de 23 de ani, fusese strangulată de un lucrător angajat pentru întreținerea proprietății, căruia aceasta îi refuzase avansurile. Când poliția a sosit la locul asasinatului pentru a ridica trupul neînsuflețit, s-a trezit în mijlocul unei mici grădini zoologice: un tigru, mai multe specii de maimuțe, câini, păuni de Java, gâște sălbatice, dar, de departe cel mai prețios locatar necuvântător – ligrul menționat mai sus.

Este vorba despre un animal extrem de rar, rezultat al unei împerecheri artificiale, deoarece tigrul și leul nu împart niciodată același habitat. Exemplarul din vila tinerei ucise se pare că era și singurul de acest fel din Indonezia. *(A.N.P.)*

Şi caii sunt verzi pe pereţi nu-i aşa?

Producţia românească „Şi caii sunt verzi pe pereţi", este o comedie dramatică, apropiată de realitate şi de viaţa noastră. Un film care stârneşte râsul dar care, va fi dat uitării nu peste mult timp aşa cum ne-am obişnuit cu mai toate filmele cinematografiei noastre din ultima vreme.

Poveste despre iluzia de îmbogăţire

Regizorul, scenaristul şi producătorul Dan Chişu, cel care a mai regizat *Websidestory* şi *Ursul*, revine pe ecranele cinematografelor, de astă dată, cu o comedie ce prezintă o realitate tipică, *„un destin tragic al poporului român"*, un fel de *„pară mălăiaţă în gura lui nătăfleaţă"* după cum chiar el însuşi afirma. Amplasată aici, pe meleaguri mioritice, acţiunea se opreşte la două poveşti: doi bărbaţi (Tocitu şi Buzilă) care îşi pierd slujba din cauza lipsei cunoştinţelor pe calculator şi a unui cuplu de tineri (Marius şi Cosmina) care câştigă la tombolă o sumă importantă de bani. Cum aproape zilnic suntem agasaţi de poveşti în care se spune cum s-au îmbogăţit unii peste noapte, există şi cineva care crede nu numai că

acest lucru este posibil, ci şi că este uşor realizabil.

Dubla poveste se derulează în paralel. *Marius* (interpretat de actorul Ionuţ Vişan) câştigă un premiu uriaş, un milion de euro la o promoţie de la o firmă de ţigări după care ar fi putut deveni bogat. Numai că acest premiu nu poate fi ridicat pentru că el atunci când a cunoscut-o pe *Cosmina* (jucată de Anca Florescu) care promova un brand de ţigări, s-a înscris la tombolă, cu numele tatălui său pe care, din nefericire nu-l cunoaşte, deoarece l-a părăsit când Marius era mic. Porniţi în căutarea celui pe care ar fi avut nevoie să-l găsească şi să poarte acelaşi nume, cuplul ar fi putut deveni bogaţi dar viaţa le-a jucat feste.

De partea cealaltă, ne întâlnim cu doi bărbaţi vârstnici, *Tocitu* (interpretat admirabil de Adrian Titieni) şi *Buzilă* (jucat de Tudor Smoleanu) care din cauza lipsei lor de cunoştinţe atunci când vine vorba de tehnologia modernă, sunt păcăliţi de un spam, primit după ce şi-au cumpărat un calculator, pe e-mail unde li se cere să deschidă un cont pentru că au câştigat u premiu în Marea Britanie. Ei accesează fără să ştie că este o înşelătorie, o loterie online falsă unde pierd toate economiile pe care le au.

Astfel *Ionuţ Vişan* (Marius), *Anca Florescu* (Cosmina) şi ceilalţi mai tinerii actori *(Cătălin Bordea şi Mihai Niţă)*, făcând portretul unei generaţii plină de viaţă, dinamică şi destul de agitată, aflată mereu în căutare de sine, contrastează cu lumea strâmtă, descrisă cu multe cadre fixe, a mai vârstinicilor *Adrian Titieni* şi *Tudor Smoleanu*. Prestaţia tulburătoare a actriţei *Coca Bloos* în rolul doamnei Tocitu, care doar prin câteva replici şi priviri atrage atenţia asupra personajului, trebuie subliniată.

Dacă pe parcursul întregului film, poveştile merg în paralel, la sfârşit, regizorul le-a „întâlnit". Orice speranţă de îmbogăţire a fost spulberată însă ei refuză singura şansă de a avea bani. Finalul e ironic şi perfid, mergând pe ideea că secunda ar putea schimba totul, dar uite-o cum trece...

Un film despre naivitate

Mulţi dintre noi au luat „ţeapă," măcar o singură dată în viaţă. De aceea este bine să vorbim despre naivitatea noastră pentru a putea să-i ferim pe alţii de posibilele ei efecte dureroase. Personajul interpretat de Adrian Titieni (Tocitu), magazionerul care timp de 20 de ani a ţinut gestiunea pe foaie, cu creionul chimic, este reprezentativ pentru acea parte a oamenilor care sunt obişnuiţi cu alt stil de muncă. Încet şi anti-progresist, Tocitu, care-i spune ironic dar cu amărăciune vecinului său, zugravul Buzilă, alături de care împarte ciorba zilnică, cum a fost dat afară de şef pentru că nu se pricepea să lucreze pe computer, reuşeşte să se înscrie la un curs de alfabetizare informatică, unde îl are ca profesor pe *Dragoş Bucur*. Acesta îi vinde un calculator vechi dar belele curg...

Iluzia îmbogăţirii fără muncă i-a acaparat pe mulţi dintre concetăţenii noştri. Dan Chişu a spus că atunci când a scris scenariul s-a inspirat din propria viaţă. Mai precis, partea care este legată de personajul magazionerului „analfabet" într-ale computerelor. El a mărturisit că a învăţat să lucreze pe calculator de abia în 2004!!!

O producţie independentă

Regizorul nu a apelat pentru realizarea acestui film la fondurile CNC, alegând să-şi facă din fonduri proprii producţia, estimată la circa 250.000 de euro.

Dezbaterea legată de finalul fericit sau nu al filmului, povestea banilor nemunciţi care rezolvă sau nu prea problemele, vor face ca filmului lui Dan Chişu să fie mai mult sau mai puţin apreciat. Unii vor râde în hohote de replicile din film, şi sunt mulţi cărora li se pare firesc să audă asemenea dialoguri, iar alţii, sunt sigură, aşteaptă să apară, un film în cinematografia noastră care să fie altfel decât cele de până acum, un film care să emoţioneze şi pe care să vrem să-l vedem şi peste un an sau doi.

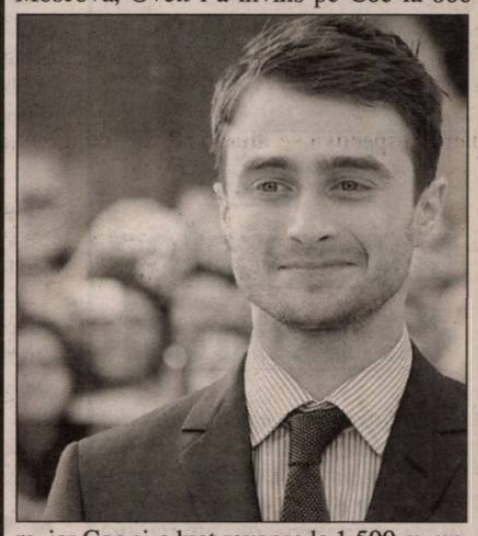
Filmul „Şi caii sunt verzi pe pereţi" este deja pe ecrane.

PRIN GAURA CHEII

De la Harry Potter la Sebastian Coe

Când seacă izvorul inspiraţiei artistice este scoasă pe piaţă cutia cu biografii romanţate. Aşa se face că actorul Daniel Radcliffe a ajuns acum să-l întruchipeze pe Sebastian Coe, o figură a sportului mondial, dublu campion olimpic şi recordman mondial britanic în proba de 1.500 m, într-un film consacrat rivalităţii sale cu atletul Steve Ovett. Daniel Radcliffe, acum ajuns la 24 de ani, să nu uităm, a devenit cunoscut în toată lumea deoarece a jucat rolul micului ucenic vrăjitor Harry Potter în cele opt episoade ale ecranizării cărţii autoarei J.K. Rowling.

Filmul, intitulat „Gold" (Aur) pentru că se referă la materialul din care era făcută medalia cucerită de cei doi mari atleţi, va prezenta rivalitatea dintre sportivii care au dominat semifondul mondial la începutul anilor 1980. La Jocurile Olimpice de la Moscova, Ovett l-a învins pe Coe la 800



m, iar Coe şi-a luat revanşa la 1.500 m, unde Ovett a terminat al treilea. După câteva zile, tot la 1.500 m, Ovett l-a deposedat pe Coe de recordul mondial.

Nu se ştie de ce, dar Sebastian Coe a fost mult mai mediatizat decât Ovett şi asta l-a ajutat într-un final de carieră, deoarece, după ce şi-a păstrat titlul olimpic la 1.500 m în 1984 la Los Angeles el a intrat în politică după retragerea din sport, în 1990. A fost deputat conservator între 1992 şi 1997, a fost înnobilat în 2002, şi a prezidat comitetul de organizare a JO 2012 de la Londra, fiind în prezent preşedinte al Asociaţiei Olimpice Britanice. Filmările ar urma să înceapă în luna aprilie a anului viitor, dar producătorii nu au anunţat încă cine îl va interpreta pe Ovett.

PORTRET

Anastasia Lazariuc

Născută în satul Băcioi, la 10 km depărtare de Chişinău, *Anastasia Lazariuc* s-a lansat în muzică cu piesele lui Ion Aldea Teodorovici, *Până la lacrimi mi-e dragă viaţa, Seara albastră, Fuga, fuga,* devenind cunoscută prin vocea sa caldă, frumuseţea chipului şi rostirea emoţionantă a mesajului. Timp de 16 ani a fost solistă a Radioteleviziunii din Chişinău, colaborând şi cu alte televiziuni din Leningrad, Moscova, Kiev etc.

A participat la numeroase turnee în ţară şi străinătate. Colaborarea cu unii dintre cei mai apreciaţi şi talentaţi poeţi şi textieri precum Grigore Vieru, Petre Teodorovici, Iurie Sadovnic, Ion Aldea Teodorovici şi mulţi alţii, i-a adus Anastasiei succes şi prestanţă în activitatea artistică. Publicul din România a cunoscut-o cu adevărat în 1990, când a participat la Festivalul de la Mamaia, unde a susţinut un recital. Dar înainte de acest recital, Anastasia Lazariuc a avut şansa de a cânta la Chişinău alături de Mihai Constantinescu şi Anda Călugăreanu, ocazie cu care se născtea ideea unor turnee. De atunci a început colaborarea cu Mihai Constantinescu iar din 1992, ea se stabileşte în România devenind foarte cunoscută publicului, mai ales pentru duetele cu Mihai Constantinescu.

Are multe albume care adună la un loc cântece frumoase, lirice care au propulsat-o pe interpretă printre cele mai apreciate artiste. Să amintim *Primăvara, Cred în dragoste, Ochii mei, Adio tristeţe (împreună cu M. Constantinescu), Maria, Anastasia, Cine poate şti, Destin, Sinceritate, Dor de mama* şi *Nostalgie,* care scot în evidenţă o fire romantică incurabilă, aducând în scenă o muzică sentimentală, învăluită în tandreţe şi mister. Cântă şi piese de petrecere, de voie bună şi romanţe iar apariţiile sale în spectacole sunt o adevărată bucurie pentru cei care îndrăgesc acest gen de muzică. *Anastasia Lazariuc* ştie şi vrea să ne convingă că „fără sentimente, viaţa e searbădă şi urâtă".

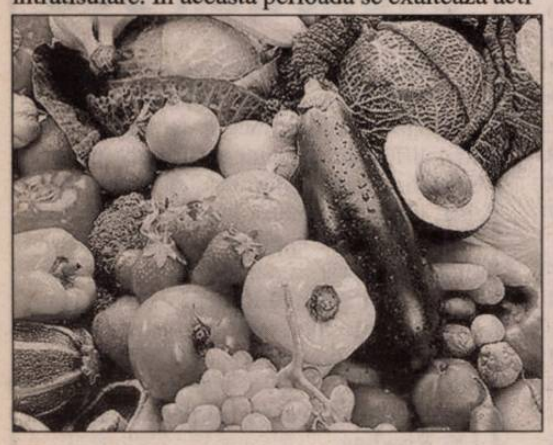
Pagină realizată de
IOANA FLORIA

La ce foloseşte
UN POST PRELUNGIT?

Ştiinţele medicale aprofundând această practică ancestrală, de inspiraţie religioasă, care este postul au făcut constatări dintre cele mai interesante în legătură cu sănătatea. În acest sens, s-a constatat că suprimarea micului dejun asigură o dimineaţă mai activă, mai lucrativă, acelora care în mod structural sunt mai congestivi.

De asemenea, s-a mai constatat că suprimarea prânzului, la rândul său, asigură o dimineaţă mai eficientă dispepticilor, adică acelora care prezintă tulburări digestive cu caracter funcţional, în vreme ce suprimarea cinei asigură o noapte liniştită în special acelora suferind de hernie hiatală. În situaţiile de mai sus avem de-a face, desigur, cu forme ale postului scurt.

Postul este considerat a fi lung când depăşeşte limita a 3 zile. Reţineţi faptul, apropo de această realitate, că abia începând cu acest interval de timp, dispare senzaţia greu suportabilă de foame şi de slăbiciune, care îi exasperează pe cei în cauză. Cu dispariţiile de care vorbim mai sus, organismul ne dă senzaţia că s-a decis, în sfârşit, de a se hrăni din rezervele sale extratisulare, urmând ca, într-o a doua etapă, să se hrănească din cele intratisulare. În această perioadă se exaltează activitatea enzimatică, şi tot în această perioadă apare senzaţia de uşurare, apoi aceea de limpezire a minţii, ca şi o stare generală mai bună.



Primul om care şi-a creat o autentică vogă pe marginea postului, este un pastor din Malta, pe nume Bernard, şi asta în secolul al XVIII-lea. Acest om prezenta un interes deosebit şi pentru practicile şi gândirea medicală. El recomanda cure periodice de post ce mergeau până la 30 de zile, cure urmate de altele de vegetarism, hiperaeraţie şi mers pe jos, în picioare goale.

Medicul american, Paul Carton, de fapt întemeietorul fiziologiei ştiinţifice din această ţară, care a aprofundat practicile preconizate de pastorul Bernard din Malta, conchide în studiul său că postul, fireşte în anume limite, poate aduce reale servicii sănătăţii.

Entuziasmat de această concluzie, un alt medic american, şi anume E.H. Dewey, creează şi el, aidoma pastorului din Malta, o altă autentică vogă pe marginea postului, începând din 1866, preconizând posturi scurte, care se reduceau de regulă la suprimarea micului dejun, şi pe care le recomanda cu precădere în tratamentul diverselor boli acute. Acelaşi Dewey mai recomanda însă şi posturi mai lungi, de circa 3-5 săptămâni, constând tot din suprimarea micului dejun, postul negru, total, rezervându-l numai unor cazuri speciale.

Merită a reaminti faptul că acelaşi Dewey a bulversat opinia publică prin vindecarea, pe calea postului negru, practicat 50 de zile, a unui bolnav suferind de insuficienţă cardiacă, interval de timp când bolnavul în cauză a pierdut 35 de kg, dar s-a şi vindecat.

În atari situaţii, Dewey le cerea bolnavilor astfel trataţi să semnaleze apariţia senzaţiei de autentică foame, senzaţie care, după spusele sale, nu apare decât după lungi perioade de privare totală de hrană. Doctorul Dewey a rămas celebru în istoria medicală prin tratamentele sale pe bază de post, experienţă pe care şi-o etalează în cartea sa, tot atât de celebră, intitulată „Foamea care vindecă". Iată doar un pasaj din această carte: „M-am convins că Natura ştie perfect să vindece o boală, dacă nu este stânjenită în munca sa. M-am convins, de asemenea, că a impune bolnavilor să mănânce bine când sunt bolnavi, şi să folosească droguri agresive pentru organism, cum se procedează în mod obişnuit, înseamnă a-i obliga pe aceştia să apeleze la practici demne de epoca barbariei şi nu a noastră".

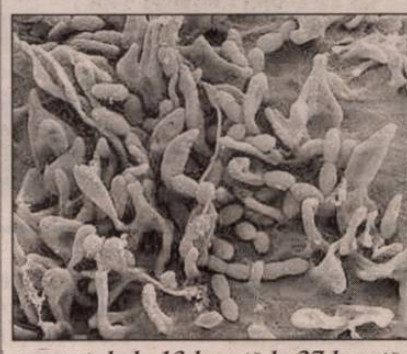
Nenumăraţi medici dintre cele două războaie mondiale preluând practicile lui Dewey ne demonstrează prin bolnavii şi scrierile lor că postul reprezintă o armă terapeutică care poate aduce reale servicii în tratamentul diverselor boli, ca şi în păstrarea sănătăţii.

PE SCURT, DESPRE
sănătatea dumneavoastră

BACTERIILE mai bune decât ANTIBIOTICELE?

În anul 1945 a fost descoperit primul antibiotic, penicilina G. Cu timpul lista antibioticelor s-a mărit şi utilizarea lor s-a răspândit enorm. Totuşi, în ultimii ani, s-au făcut auzite strigăte de alarmă din partea specialiştilor. Bacteriile sunt din ce în ce mai rezistente. Multe studii făcute în Statele Unite şi în Franţa au dovedit apariţia unor variante imune de Streptococcus Pneumoniae, care este responsabil de afecţiuni ca pneumonia sau meningita.

În Statele Unite, o echipă de cercetători de la Cedars-Sinai Medical Center, din Los Angeles, California, a publicat, recent, rezultatele muncii sale asupra Streptococcus Pneumoniae. Studiind dosarele medicale a 180 de copii internaţi în opt spitale diferite pentru meningită între anii 1993-1996, Moshe Arditi şi colegii săi au putut analiza evoluţia unor mutanţi rezistenţi la penicilină şi ceftriaxon. Cifrele sunt elocvente. În ultimii doi ani, procentul microbilor rezistenţi la penicilină a



crescut de la 13 la sută la 27 la sută în trei ani, iar al celor rezistenţi la ceftrianxon s-a multiplicat de zece ori. Dacă aceste rezultate par îngrijorătoare, ele sunt însă departe de a le atinge pe cele din Franţa. Un studiu amplu susţinut pe aproape 10.000 de pneumococi au arătat că procentele de rezistenţă la penicilină şi macrolite superioare urcă la 50 la sută. Aceste cifre situează Franţa pe primul loc în rândul ţărilor atinse de acest fenomen, alături de Spania şi Japonia.

Cum se explică o asemenea explozie? În Franţa, folosirea macrolitelor este încurajată de câţiva ani de societatea de pneumologie. Dozele prescrise de medici nu sunt însă întotdeauna suficiente şi contactele repetate ale bacteriilor cu concentraţiile slabe de antibiotice favorizează rezistenţa. O problemă care ar putea fi reglată uşor, conform doctorului Fred Goldstein de la spitalul Saint-Joseph din Paris: „Rezistenţa observată este de ordin calitativ şi nu cantitativ. De exemplu, mărind doza de penicilină, am putea combate în mod eficace pneumococii şi în acelaşi timp am putea împiedica adaptarea lor."

Pagini realizate de
ADRIAN-NICOLAE POPESCU

Scade capacitatea de a mirosi

Milioane de oameni suferă din cauza reducerii treptate a capacităţii de a mirosi. De aceea specialiştii în domeniu au început să utilizeze tehnologii de ultimă oră pentru a măsura pierderea acesui simţ. Cercetătorii au studiat creierele celor bolnavi şi le-au comparat cu cele ale oamenilor sănătoşi şi au ajuns la concluzia că există o diferenţă foarte mare.

Cercetătorul Robert Henkin din Washington DC a analizat creierele cu ajutorul unui aparat care scanează pe baza rezonanţei magnetice şi a descoperit că cei care au simţul mirosului normal au o activitate cerebrală mai mare decât cei suferinzi în momentul în care sunt expuşi unor mirosuri de piper, ulei de banane sau peşte. Henkin va scana în continuare creierele bolnavilor pentru a vedea dacă medicamentul pe care el îl testează ajută bolnavii a căror slăbire a mirosului a rezultat din leziuni ale creierului sau din alergii nazale, să-şi recâştige simţul olfactiv.

Iodul, bun pentru tiroidă

Deşi necesarul zilnic de iod a fost apreciat de specialişti la nivelul a 150 micrograme (deci o cantitate foarte mică), rolul său este esenţial pentru buna funcţionare a glandei tiroide, deoarece face parte din structura hormonilor tiroidieni.

În mod firesc, deficitul de iod se manifestă prin perturbări ale glandei tiroide, cu repercusiuni asupra sistemului nervos.

Bogăţia unor alimente în iod depinde în special de natura solului, motiv pentru care locuitorii din anumite regiuni geografice al căror sol este sărac în acest element manifestă serioase dezechilibre funcţionale ale tiroidei. Cele mai bogate alimente în iod sunt organismele marine, peştii şi măslinele. De asemenea, în comerţ există sare de bucătărie care conţine cantităţile necesare din acest microelement.

Lipsa iodului din organism produce o scădere a secreţiei glandei tiroide, perturbare însoţită cel mai adesea (dar nu obligatoriu) de apariţia guşii. Simptomele, deşi se manifestă oarecum diferit de la caz la caz, au în comun mai multe elemente: senzaţia de apatie şi de oboseală, modificări ponderale, căderea părului, tulburări neurologice, dificultăţi de concentrare, diminuarea performanţelor intelectuale etc.

Administrarea iodului în cantităţi mari nu este, la rândul ei, ferită de consecinţe negative, deoarece conduce deopotrivă la dezechilibre ale funcţiei tiroidiene.

INFECŢIILE şi autobuzul

Aglomeraţiile inevitabile de la aşa-numitele ore de vârf în transportul în comun, dar şi – deseori – promiscuitatea din mijloacele respective constituie un cadru aproape ideal de transmitere a anumitor germeni ai bolilor. La nivelul marilor ţări occidentale există în acest sens date concrete legate de această problemă cu privire la transportul aerian. Ce se întâmplă însă în autobuze, tramvaie, metrou sau trenuri? La drept vorbind, situaţia, deşi dintr-o perspectivă logică e destul de evidentă, este şi extrem de greu de monitorizat şi de contabilizat. Într-o ţară precum Franţa, în perioada 1961-2008 au fost raportate numai 14 cazuri de infecţii bacteriene sau virale potenţial grave, consecinţe ale unei contaminări prin inhalare, survenită în mijloace de transport în comun. Este vorba despre 11 cazuri de tuberculoză, două de infecţie cu meningococi şi unul de rujeolă. Totodată, au fost identificate şi 8 cazuri suspecte, incluzând tuberculoza, meningita, rubeola şi sindromul respirator acut sever (SRAS).

Un aparent paradox pune astfel faţă-n faţă situaţia reală greu de combătut, cea a existenţei cvasipermanente a focarelor de infecţie şi a răspândirii în situaţia aglomerărilor umane, cu imposibilitatea la fel de reală de a depista şi a neutraliza sursa de contaminare a infecţiilor transmisibile pe cale aeriană, în cadrul transportului în comun feroviar şi rutier.

Astfel stând lucrurile, sfatul oricărui medic de a evita asemenea aglomeraţii şi contactul cu persoane evident suferinde rămâne cea mai bună profilaxie şi ar trebui respectată cu sfinţenie.

La ce sunt bune unele plante

Cum mor microbii? În urma unor experienţe cu un amestec de extracte vegetale de tipul uleiurilor volatile, s-a constatat că după o jumătate de oră de la pulverizarea unei locuinţe coloniile de microbi din aer au scăzut de la 240 la 4!

Poate că nu-i lipsit de interes să menţionăm că un metru cub de aer conţine circa: 5 germeni microbieni într-o pădure: 10000 într-un spital 20000 în case de locuit, 5000000 într-un birou; 9000000 într-un magazin aglomerat.

381 plante. Dioscoride – medic militar şi naturalist din primul veac al erei noastre în Asia Mică – se ocupa îndeaproape de plante în general şi mai ales de cele folositoare sănătăţii. În cinci tomuri uriaşe (cunoscute astăzi de „materia medica" şi Codex Constantinopolitanus) el descrie 381 de plante cu admirabile planşe colorate, la fiecare menţionând regulile de recoltare, locul creşterii, proprietăţile şi boala la care se recomandă.

La ce e bun hreanul? Din rădăcina de hrean, industria de medicamente extrage o enzimă valoroasă utilizată în medicină pentru identificarea unor virusuri şi bacterii.

Cum combatem mătreaţa? Pentru combaterea mătreţii şi mâncărimii pielii capului se procedează astfel: 10 g flori de panseluţe sălbatice se fierb într-un litru de apă, timp de 20 de minute, se strecoară după ce în prealabil capul a fost spălat şi clătit mult, se toarnă pe el soluţia rezultată. Se repetă de 2-3 ori pe săptămână.

Să plângem

CONTRA GRIPEI

Există în natură multe flori, ierburi şi legume care produc esenţe şi sucuri „fitoncide" adică distrugătoare de microbi. În ultimul timp, pe alte meridiane, s-a constatat că fitoncidele omoară şi unele virusuri. Una din aceste plante, mai precis o legumă, se află la îndemâna noastră. Este banala ceapă. Sucul cepei, cel care ne face pe unii din noi să „plângem" când o tăiem, este un excelent bactericid şi posibil virusocid.

Deoarece gripa este produsă de un virus care pătrunde în organism pe căile respiratorii, aceste căi trebuie protejate şi dezinfectate mai des. Procedeul este foarte simplu şi uşor de făcut.

Se ia o ceapă de mărime medie (preferabil roşie care este mai puţin iute), se curăţă de foiţa brună şi se taie ca pentru a fi prăjită. Nu se pune sare. Bucăţelele de ceapă tăiată,

se pun pe o farfurioară care se aşază în cameră pe masă sau pe un scaun (mai departe de calorifer sau altă sursă de căldură).

Suportaţi mirosul de ceapă?

Vaporii de suc de ceapă se degajă câte puţin în încăpere, dezinfectând aerul. La fiecare 1-2 ore, se aspiră, câteva secunde, vaporii aflaţi deasupra bucăţelelor de ceapă, pentru dezinfectarea căilor superioare de respiraţie. Dacă v-aţi îmbolnăvit şi sunteţi în pat, puneţi seara pe noptieră o farfurioară cu ceapă tăiată şi lăsaţi-o acolo până dimineaţă. Veţi dormi liniştit, respirând atmosfera cu fitoncide şi a doua zi vă veţi simţi mai bine. Ceapa tăiată se înlocuieşte când începe să se usuce, adică la circa două zile. De menţionat că a mânca ceapă crudă nu are acelaşi efect cu mirosirea ei. Cine nu suportă mirosul de ceapă crudă, poate să acopere farfurioara cu un capac sau să pulverizeze în încăpere puţin Deo-spray, dar cu atenţie să nu cadă picături direct pe bucăţele de ceapă, deoarece alcoolul aflat în deodorant distruge fitoncidele.

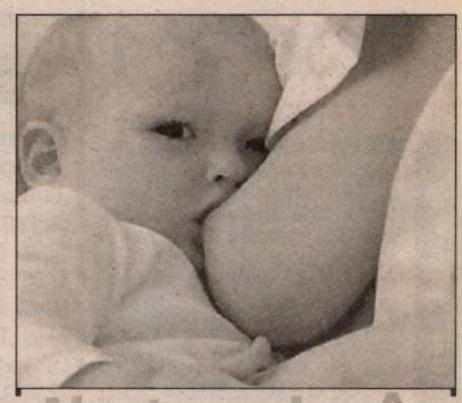
Un fular... preparat

Dacă trebuie să vă aflaţi în aglomerări de persoane, unde se vorbeşte, se tuşeşte şi se strănută (uneori fără batistă), va trebui să purtaţi un fular, pregătit într-un anumit fel.

Marcaţi zona fularului care va veni în dreptul laringelui sau gurii şi pe spatele acestuia, coaseţi provizoriu un mic săculeţ, din tifon sau pânză, în care veţi introduce câteva rondele subţiri de ceapă crudă proaspătă. Când veţi pune fularul la gât, partea cu săculeţul să vină sub bărbie dar către corp. Partea fularului care va veni deasupra, se poate parfuma cu puţină apă de colonie, pentru mascarea mirosului de ceapă.

Datorită căldurii corpului, sucul din rondelele de ceapă se va încălzi şi va începe să se evapore treptat, creând o zonă antiseptică în dreptul nasului şi gurii. Microbii care vor străbate această zonă vor fi mai puţini şi organismul dv. se va putea lupta mai uşor cu ei. Nu puneţi multă ceapă în săculeţ, ca să nu vă lăcrimeze ochii. Periodic schimbaţi rondelele din săculeţul fularului.

Metoda propusă vă poate permite să scăpaţi mai uşor de o gripă sau o răceală. La prima vedere pare ilară şi chiar vă rog să râdeţi de ea dar după ce încercaţi.



Alăptarea la sân — dublu avantaj

Dacă în ţările vestice dezvoltate numai două treimi din mame alăptează după ieşirea din maternitate, proporţia celor care renunţă după circa două luni şi jumătate creşte spectaculos (dar nefericit) la 70%! În schimb, în ţările sărace hrănirea la sân permite diminuarea considerabilă a mortalităţii infantile cauzate de infecţii, astfel că mamele nu resping această procedură absolut naturală. De altfel, durata medie recomandată şi de OMS este de 6 luni. Dar de ce este ea atât de importantă?

Alăptarea la sân previne la nou-născut, pe termen scurt şi lung, diareele, otitele acute sau infecţiile respiratorii severe. De asemenea, ajută la dezvoltarea senzorială şi intelectuală a sugarilor, diminuează riscurile de eczeme, riscurile ulterioare de obezitate, de diabet şi de maladii cardiovasculare la viitorul adult. Faptul de a-şi hrăni pruncul la sân are efecte pozitive şi pentru mamă, unul dintre primele beneficii vizibile fiind scăderea în greutate şi diminuarea masei de grăsime mai rapidă în primele 6 luni după naştere.

În plus, foarte important, pe termen lung alăptarea micşorează riscul de cancer la sân şi la ovare. Din alt punct de vedere, se invocă şi un alt avantaj, deloc neglijabil în momentul prezent: alăptarea la sân nu costă nimic. Altfel, conform unor estimări medii, costul laptelui artificial se ridică la aproximativ 500 euro în prima jumătate de an după naştere.

Fără exces, dar cu folos

Vinul şi ceaiul verde au efecte protectoare contra maladiei Alzheimer întrucât ambele băuturi conţin o moleculă care împiedică plăcile amiloide să distrugă celulele nervoase din creier. Vinul şi ceaiul verde conţin, fiecare, câte un polifenol — numiţi resveratrol, respectiv EGCG (epigallocatechin gallate), molecule cunoscute pentru proprietăţile lor antioxidante şi pentru acţiunile benefice contra diabetului, obezităţii şi cancerului.

Comprimate conţinând doze concentrate de resveratrol fac în prezent obiectul unui test clinic de faza a II-a în Statele Unite, în cadrul căruia oamenii de ştiinţă încearcă să studieze efectele pe care această substanţă activă le are asupra pacienţilor suferind de forme uşoare şi moderate de demenţă.

Remedii naturale

Voronicul

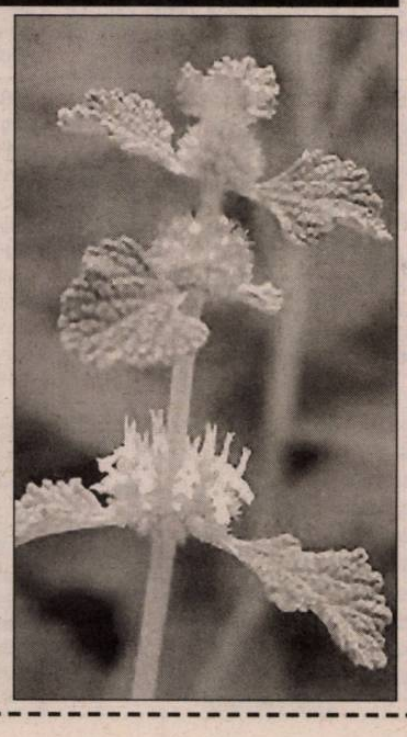
Voronicul sau ungurașul (Marrubium Vulgare) este o plantă medicinală răspândită pe marginea drumurilor, în locuri necultivate, în păşunile de lângă sate, pe terenuri nisipoase şi argiloase. Are tulpina înaltă de 30-80 cm, simplă sau ramificată, acoperită cu peri lungi albi-lânoşi. Frunzele inferioare sunt lung peţiolate, neregulat dinţate, cele mijlocii au peţiolul mai scurt, iar cele superioare sunt aproape lipsite de peţiol. Florile, mai multe la un loc, sunt dispuse în extremităţile ramurilor şi tulpinilor şi sunt de culoare albă.

Cum se recoltează? În scopuri medicinale se întrebuinţează părţile aeriene ale plantei, recoltate la începutul înfloririi. Se usucă în locuri bine aerisite şi uscate. Planta uscată are miros caracteristic şi gust amar.

Compoziţie: Ungurașul conţine o substanţă amară, numită marubină, tanin, substanţe mucilaginoase şi pectice, rezine, ulei volatil, acid ursolic, colină, saponine, vitamina C etc.

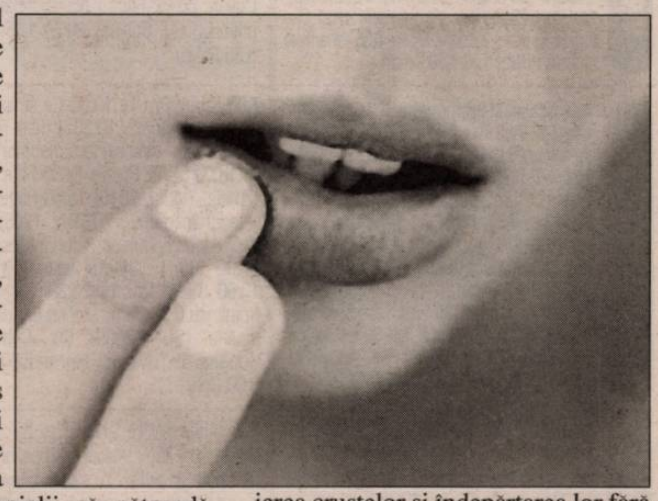
Acţiune terapeutică. Datorită conţinutului în marubină, are proprietăţi tonic amare, colagoge mărind cantitatea de bilă secretată. Este considerat ca un înlocuitor al chininei, în special pentru cei care prezintă intoleranţă la această substanţă. Datorită conţinutului bogat în saponine şi substanţe mucilaginoase, prezintă şi proprietăţi expectorante importante.

Mod de întrebuinţare: Se administrează sub formă de infuzie (1-3 g la sută), sau sub formă de pulbere 2-4 g pe zi, în gripă sau guturai. De asemenea, asociat cu alte plante ca de exemplu: coada şoricelului, frunze de mentă, frunze de salvie, isop şi cimbrişor, intră în compoziţia ceaiului antiasmatic. De asemenea, preparată infuzie, din o linguriţă plantă la o cană de apă, se beau 2-3 căni pe zi în dischinezia biliară.



Frig de crapă... buzele!

În anotimpul friguros, buzele pot fi afectate de gerul puternic şi de vânt. Ele devin aspre, roşii, umflate, pe suprafaţa lor se formează cruste care, prin detaşare, produc sângerare. Senzaţia este de usturime şi durere, mai ales cu ocazia vorbirii şi alimentaţiei. Se poate întâmpla ca prin crăpăturile pielii să pătrundă microbi (stafilococi, streptococi) şi astfel buzele să se infecteze şi să creeze probleme serioase de sănătate.



Prim ajutor. Se aplică pe buze comprese calde cu infuzie de muşeţel, soluţie de borax 2%, glicerină boraxată 2%, care au ca scop înmuierea crustelor şi îndepărtarea lor fără sângerare. Apoi, se ung buzele cu un unguent (Fluocinolon, Cutaden etc.) sau, în lipsă, cu ulei alimentar, untură de porc sau de gâscă. În cazul suprainfecţiei cu microbi, se vor utiliza unguente pe bază de antibiotice, solicitate la farmacie.

LUNI - 2 decembrie

TVR 1
6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 Ora regelui (r) 11.30 Profesioniștii (r) 12.30 În grădina Danei (r) 13.00 Germana... la 1 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 16.50 Vreau să fiu sănătos! (r) 17.25 Serial: „Legendele palatului: Regele Geunchogo" 18.50 Întrebări și răspunderi 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 Distractis — Distilat de comedie 22.00 Film: „Charlot boxer" (SUA, 1915). Cu: Charles Chaplin, Edna Purviance 22.30 Biziday 23.30 Mașini, teste și verdicte 0.00 Nocturne 1.00-4.50 Reluări.

PRO TV
7.00 Știrile ProTv 10.05 Film: „Filantropica" (r) 11.15 Serial: „Căutătorii de mistere" 13.00 Știrile ProTv 13.45 La Bloc — După 10 ani (r) 15.00 MasterChef (r) 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „Triplu X 2" (SUA, 2005). Cu: Ice Cube, Samuel L. Jackson 22.30 Știrile Pro Tv 23.00 Serial: „Dexter" 0.00-5.30 Reluări.

ANTENA 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Top Chef 22.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Top Chef (r) 4.00 Acces direct (r).

PRIMA TV
7.00 Vacanță și terapie 8.00 Regina cumpărăturilor (r) 9.00 Teleshopping 9.30 Și eu m-am născut în România (r) 10.30 Cunoaște, Visează, Iubește! (r) 11.30 Teleshopping 12.00 Viitorul, Azi 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Kiss Cinema (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Trăsniții 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Iubiri secrete 20.30 Film: „B.D. în alertă" (România, 1970) 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe fază! 0.30 Focus (r) 1.30 Serial: „Frumoasa Ceci" (ep.1) 3.00 Trădați în dragoste 5.00-6.00 Reluări.

acasa
7.00-10.45 Reluări 11.45 Teleshopping 12.00 Serial (r) 13.30 Serial: „Viață de împrumut" (r) 14.30 Doctorul casei (r) 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial: „Furtuna din adâncuri". Cu: William Levy 22.30 Povești de noapte 23.00 Cancan.ro 23.30 Casa Ibacka 0.00-6.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.40 Serial: „Legendele palatului: Copacul cu rădăcini adânci" 9.00 Doc.: „Polonia braconierilor" (r) 10.10 În curtea bunicilor (r) 12.00 Lumea azi (r) 12.30 Doc.: „Patrimoniul European al Muzeului Peleș" 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Academicienii (r) 16.00 Serial: „Capri" 17.00 Videoterapia 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „Islay — Secretul whiskyului" 20.10 Teatru: „Mătrăguna" de Niccolo Machiavelli 21.50 M MAGAZIN 22.00 Ora de știri 23.10 Film: „Despărțiți, împreună" (China, 2010). Cu: Lisa Lu, Feng Ling 0.55-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
8.00-10.00 Reluări 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.30 Serial (r) 15.30 Serial: „Te provoc să mă iubești!" 16.30 Film: „Cheia" (M. Britanie, 1958) 18.50 Serial: „Bill Engvall Show" 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „Impact nimicitor" (SUA, 1998). Cu: Robert Duvall, Tea Leoni 0.30 Serial: „Jurnalele vampirilor" (ultimul ep.) 1.30 Serial: „Southland — L.A. în alertă" 2.15 Serial: „Cu sânge rece" 0.30 Serial: „Jurnalele vampirilor" 3.45 Serial: „Anturaj" 4.30 Serial: „Sub acoperire" 6.00 Cine A.M.

MARȚI - 3 decembrie

TVR 1
6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 Distractis — Distilat de comedie (r) 11.30 Film: „Charlot boxer" 12.00 Mașini, teste și verdicte (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 EURO polis 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Maghiara de pe unu 16.50 Beneficiar România (r) 17.25 Serial: „Legendele palatului: Regele Geunchogo" 18.50 Interes general 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Între bine și rău 22.30 Biziday 23.30 Film: „Leac pentru plictiseală" (SUA, 2001). Cu: Sunda Croonquist, Brad Grunberg 1.00 Interes general (r) 2.00 Revizie tehnică.

PRO TV
7.00 Știrile Pro Tv 10.00 Film: „Povestea Lindei McCartney" (coprod., 2000). Cu: Elizabeth Mitchell, Gary Bakewell 12.00 Serial: „Căutătorii de mistere" 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Vocea României I (r) 17.00 Știrile Pro Tv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 MasterChef 22.30 Știrile ProTv 23.05 Serial: „Dexter" 0.00-5.30 Reluări.

ANTENA 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Mireasă pentru fiul meu 23.00 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Film: „Focul" (SUA, 2004). Cu: Bryan Genesse, Melanie Lewis 3.30-4.00 Reluări.

PRIMA TV
7.00 Vacanță și terapie 8.00-10.30 Reluări 11.30 Teleshopping 12.00 În viteză! 12.30 Teleshopping 13.00 Dragostea trece prin stomac 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Trăsniții 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Iubiri secrete 20.30 Copiii spun lucruri trăsnite 21.45 Mondenii 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe fază! 0.30 Focus (r) 1.30 Serial: „Frumoasa Ceci" 3.00 Trădați în dragoste 4.00-6.00 Reluări.

acasa
7.00 Serial: „Furtuna din adâncuri" (r) 8.00 Povești adevărate (r) 9.00 Teleshopping 9.30-13.30 Reluări 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial „Furtuna din adâncuri" 22.30 Povești de noapte (r) 23.00 Cancan.ro 23.30 Dincolo de povestiri 0.00-6.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.40 Serial: „Legendele palatului: Copacul cu rădăcini adânci" 9.00-11.10 Reluări 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Memorialul Durerii (r) 16.00 Serial: „Capri" 17.00 Videoterapia 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „Japonia, stăpânele mării" 20.00 Destine ca-n filme 21.00 Festivalul Internațional de Circ de la Monte-Carlo 21.30 M MAGAZIN 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „În umbra legii" 23.50 Serial: „Trei regate" 0.45-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
8.30-9.30 Reluări 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.45 Serial (r) 15.45 Serial: „Te provoc să mă iubești!" (ultimul ep.) 16.45-17.45 Reluări 18.50 Serial: „Ruleta destinului" 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „O escapadă super" (SUA, 2000). Cu: Breckin Meyer, Seann William Scott 0.00 Serial: „Southland — L.A. în alertă" 1.00 Serial: „Cu sânge rece" 1.45 Serial: „Jurnalele vampirilor" 2.30 Serial: „Anturaj" 3.15 Serial: „Sub acoperire" 4.45 Serial: „Micuțele mincinoase" (ep.1) 5.30 Cine A.M.

MIERCURI - 4 decembrie

TVR 1
6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 Între bine și rău (r) 12.00 Beneficiar România (r) 12.30 Vreau să fiu sănătos! (r) 13.00 Opre Roma 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Convietuiri 16.50 Europa mea 17.25 Serial: „Legendele palatului: Regele Geunchogo" 18.50 La vârf 20.00 Telejurnal 21.00 Dosar România 22.00 Dispăruți fără urmă 22.30 Biziday 23.30 Film: „Secret irezistibil" (Australia, 2006). Cu: Susan Sarandon, Sam Neil 1.20-4.50 Reluări.

PRO TV
7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Serial: „Căutătorii de mistere" 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Vocea României II (r) 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Serviciul Român de Comedie 21.30 Fotbal Cupa României: Dinamo — Pandurii 23.30 Serial: „Dexter" 0.30-5.30 Reluări.

ANTENA 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvani 11.00 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Te cunosc de undeva! (r) 23.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Închiderea programului, revizie tehnică.

PRIMA TV
7.00 Vacanță și terapie 8.00-10.30 Reluări 11.30 Teleshopping 12.00 În formă 12.30 Teleshopping 13.00 Fete de măritat 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Trăsniții 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Iubiri secrete 20.30 Cronica Cârcotașilor 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe fază! 0.30 Focus (r) 1.30 Serial: „Frumoasa Ceci" 3.00 Trădați în dragoste 4.00-6.00 Reluări.

acasa
7.00-10.45 Reluări 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Viață de împrumut" (r) 13.30 Serial: „Îngeri pierduți" (r) 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial „Furtuna din adâncuri" 22.30 Povești de noapte (r) 23.00 Cancan.ro 23.30 Serial: „Friendzone" 0.00-6.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.40 Serial: „Legendele palatului: Copacul cu rădăcini adânci" 9.00 Doc.: „Japonia, stăpânele mării" (r) 10.00 Serial: „Capri" (r) 11.00 Destine ca-n filme (r) 12.00 Drumul succesului (r) 12.30 Doc.: „Climă, intemperii, catastrofe" 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 D'ale lu' Mitică (r) 16.00 Serial: „Capri" 17.00 Videoterapia 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „Eritreea, măgărușul cărăuș" 20.10 8 într-o barcă 21.30 M MAGAZIN 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „În umbra legii" 23.50 Zon@ IT 0.45-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
8.45-11.00 Reluări 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.45 Serial: „Ruleta destinului" (r) 15.45 Serial: „Căutătorii de mistere" (ep.1) 16.45-17.45 Reluări 18.50 Serial: „Ruleta destinului" 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „Cele trei dorințe" (SUA, 1995). Cu: Patrick Swayze 0.15 Serial: „Southland — L.A. în alertă" 1.15 Serial: „Cu sânge rece" 2.00 Serial: „Jurnalele vampirilor" 2.45 Serial: „Anturaj" 3.30 Serial: „ Sub acoperire" 5.00 Serial: „Micuțele mincinoase" 5.45 Cine A.M.

EDNA PURVIANCE
— luni, 22.00 —

MACAULAY CULKIN
— vineri, 20.30 —

MELANIE LEWIS
— marți, 2.00 —

WILLIAM LEVY
— luni-duminică, 21.30 —

OANA SÂRBU
— duminică, 22.00 —

PATRICK SWAYZE
— miercuri, 22.00 —

DIANE KRUGER
— sâmbătă, 22.10 —

„MAGAZIN" nu răspunde de modificările efectuate ulterior de către posturile de televiziune

JOI - 5 decembrie

TVR 1
6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 Dosar România (r) 11.30 Dispăruți fără urmă (r) 12.00 Europa mea (r) 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 De joi până joi 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Akzente 16.50 Lozul cel mare 17.45 Dispăruți fără urmă (r) 18.15 Mașini, teste și verdicte (r) 18.50 Ora de business 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.00 O dată-n viață 0.00 Legenda vișinie 0.35-4.50 Reluări.

PRO TV
7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Serial: „Căutătorii de mistere" 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Arest la domiciliu" (SUA, 1996). Cu: Jamie Lee Curtis, Kevin Pollak 17.00 Știrile ProTv 17.30 La Măruță 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Fotbal Cupa României: Steaua — Oțelul 22.30 Știrile ProTv 23.00 Serial: „Dexteri" 0.00-5.30 Reluări.

ANTENA 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Next Star cu Dan Negru 23.00 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator special (r) 2.00 Serial: „Nikita" 3.30 Observator special (r) 4.00 Acces direct (r).

PRIMA TV
7.00 Vacanță și terapie 8.00-10.30 Reluări 11.30 Teleshopping 12.00 Povești din jurul lumii 12.30 Teleshopping 13.00 Fete de măritat 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie (r) 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Trăsniții 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Film: „Băiat de treabă" (coprod., 1997). Cu: Jackie Chan 22.15 Trăsniții 23.00 Focus Monden 23.30 Fii pe fază! 0.30 Focus (r) 1.30 Serial: „Frumoasa Ceci" 3.00 Trădați în dragoste 4.00-6.00 Reluări.

acasa
7.00-10.45 Reluări 11.45 Teleshopping 12.00 Serial (r) 13.00 Teleshopping 13.30 Serial: „Îngeri pierduți" (r) 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 20.30 Serial: „Îngeri pierduți" 21.30 Serial „Furtuna din adâncuri" 22.30 Povești de noapte (r) 23.00 Cancan.ro 23.30 Serial: „Friendzone" 0.00-6.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.40 Serial: „Legendele palatului: Copacul cu rădăcini adânci" 9.00 Doc.: „Eritreea, măgărușul cărăuș" 10.00 Serial: „Capri" (r) 11.10 8 într-o barcă (r) 12.30 Doc.: „Climă, intemperii, catastrofe" 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Ferma (r) 16.00 Serial: „Capri" 17.00 Videoterapia 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „Prin deșertul Gobi pe cămilă" 20.10 În țara minunilor 21.30 M MAGAZIN 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „În umbra legii" 23.50 Zon@ IT 0.25 Serial: „Trei regate" 1.20-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
7.45-9.45 Reluări 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.45 Serial: „Ruleta destinului" (r) 15.45 Serial: „Căutătorii de mistere" 16.45-17.45 Reluări 18.50 Serial: „Ruleta destinului" 19.50 Serial: „La Bloc" 20.55 Serial: „MASH" 22.00 Film: „În amintirea fiului" (SUA, 2009). Cu: Pierce Brosnan, Susan Sarandon 0.15 Serial: „Southland — L.A. în alertă" 1.15 Serial: „Cu sânge rece" 2.00 Serial: „Jurnalele vampirilor" 2.45 Serial: „Anturaj" 3.30 Serial: „Sub acoperire" 5.00 Serial: „Micuțele mincinoase" 5.45 Cine A.M.

VINERI - 6 decembrie

TVR 1
6.00 Telejurnal 9.00 Serial: „Legendele palatului: prințesa Ja Myung" 10.30 37°C (r) 12.00 România dește(a)pta 12.30 Tribuna partidelor parlamentare 13.00 Legenda vișinie (r) 13.25 M.A.I. aproape de tine 14.00 Telejurnal 15.00 Teleshopping 15.30 Oameni ca noi 16.00 Parlamentul României 17.25 Serial: „Legendele Palatului: Regele Geunchogo" 18.45 Tragerea la sorți. Grupele Campionatului Mondial Brazilia 2014 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Film: „Tată cu normă întreagă" (M. Britanie, 2012). Cu: Fiona Gillies, Tom Conti 22.25 Film: „Flynn" (SUA, 2012). Cu: Robert De Niro, Julianne Moore 0.35 Pe urmele lui Iisus Hristos 1.30-4.50 Reluări.

PRO TV
7.00 Știrile Pro Tv 10.05 Serial: „Tânăr și neliniștit" (r) 11.00 Film: „Arest la domiciliu" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 14.00 Serial: „Tânăr și neliniștit" 15.00 Film: „Minori fără însoțitori" (SUA, 2006) 17.00 Știrile Pro Tv 17.30 Happy Hour 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film: „Singur acasă" (SUA, 1990). Cu: Macaulay Culkin 22.45 Film: „Vagabondul milionar" (M. Britanie, 2008) 1.15-5.30 Reluări.

ANTENA 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvani 11.00 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Icomedy cu Mihai Bendeac 22.30 Film: „Ucenicul vrăjitor" (SUA, 2010). Cu: Nicholas Cage, Jay Baruchel 0.45 X Factor (r) 4.00 Acces direct (r).

PRIMA TV
7.00 Vacanță și terapie 8.00-10.30 Reluări 11.30 Teleshopping 12.00 Sport, dietă și o vedetă (r) 12.30 Teleshopping 13.00 Fete de măritat 13.30 Teleshopping 14.00 Vacanță și terapie 15.00 Focus 15.30 Focus Monden (r) 16.00 Regina cumpărăturilor 17.00 Mondenii (r) 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Film: „Câini și pisici" (SUA, 2001). Cu: Jeff Goldblum, Tobey Maguire 22.15 Film: „Cometa ucigașă" (Anglia, 2007). Cu: Cristian Solimeno, James Wilby 0.00 Fii pe fază! 1.00-6.00 Reluări.

acasa
7.00-10.45 Reluări 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Viață de împrumut" (r) 13.00 Teleshopping 13.30 Serial: „Îngeri pierduți" (r) 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Suflet de gheață" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 20.30 Serial: „Furtuna din adâncuri" 22.30 Serial: „Îți ordon să mă iubești!" 0.00-6.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.40 Serial: „Legendele palatului: Copacul cu rădăcini adânci" 9.00 Doc.: „Prin deșertul Gobi pe cămilă" (r) 10.00 Serial: „Capri" (r) 11.10 În țara minunilor (r) 12.30 Doc.: „Climă, intemperii, catastrofe" 13.00 Concertele Festivalului George Enescu 14.00 Teleshopping 14.30 Cultura minorităților 15.00 Edvard Munch 150 16.00 Serial: „Capri" 17.00 Videoterapia 18.00 Telejurnal 19.00 Doc.: „Satele plutitoare din Golful Halong" 20.10 Film: „Toată muzica din inimă" (partea a III-a) 22.00 Ora de știri 23.00 Serial: „În umbra legii" 23.50 Motomagia (r) 0.25 Serial: „Trei regate" 1.20-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
8.45-10.00 Reluări 11.00 Acasă în bucătărie 12.00 Teleshopping 12.30 La Măruță 14.00 Teleshopping 14.30-15.00 Reluări 16.00 Serial: „Căutătorii de mistere" 17.00-18.00 Reluări 19.00 Serial: „Ruleta destinului" 20.00 Serial: „Necunoscuții" 21.00 Serial: „Țintă umană" 22.00 Film: „Urmărirea" (SUA, 1997). Cu: Claudia Stedelin, Ian Nelson 0.30 Serial: „Southland — L.A. în alertă" 1.30 Serial: „Cu sânge rece" 2.15 Serial: „Jurnalele vampirilor" 3.00 Serial: „Anturaj" (ultimul ep.) 3.45 Serial: „Sub acoperire" (ultimul ep.) 5.15 Serial: „Micuțele mincinoase" 6.00 Cine A.M.

SÂMBĂTĂ - 7 decembrie

TVR 1
6.10 Exclusiv în România (r) 6.55 Zestrea românilor 7.30 Dosar România (r) 8.30 Clubul desenelor animate 9.00 Serial: „Viața dublă a lui Eddie McDowd" 10.00 Beneficiar România 10.35 Garantat 100% (r) 11.30 Parteneri de week-end 12.00 Tezaur folcloric (r) 13.00 Ora regelui 14.00 Telejurnal 14.35 37°C 16.00 De la A la infinit 18.00 Exclusiv în România 18.50 Teleenciclopedia 19.45 Sport 20.00 Telejurnal 21.10 Fotbal: CSU Craiova — ASA Tg. Mureș 23.10 Film: „Împotriva gangsterilor" (SUA, 2011). Cu: Ray Stevenson, Val Kilmer 1.05 Profesioniștii 2.00 Film: „Vacanță de coșmar" (SUA, 2006) 3.30-4.35 Reluări.

PRO TV
7.00 Știrile Pro Tv 10.00 Ce se întâmplă, doctore? 10.30 I like IT 11.00 Film: „Minori fără însoțitor" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 13.05 Film: „Zmeie" (India, 2010) 15.00 Film: „Atacul marțienilor" (SUA, 1996). Cu: Jack Nicholson, Glenn Close 17.00 Film: „Singur acasă" (r) 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Vocea României 0.30 Film: „La un pas de moarte" (SUA, 2009). Cu: Cuba Gooding Jr., Miguel Ferrer 2.00-6.00 Reluări.

ANTENA 1
6.00 Observator 9.00 Film: „Ucenicul vrăjitor" (r) 11.00 Film: „Ce-și dorește Richie?" (SUA, 1998) 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Mireasă pentru fiul meu 19.00 Observator 19.45 FamiliaDa 20.30 Film: „Ora de vârf 2" (SUA, 2001). Cu: Jackie Chan, Chris Tucker 22.30 Icomedy 0.30 Serial: „Străini printre noi" 1.30 Film: „Născut să ucidă" (SUA, 2011) 3.15-4.56 Reluări 5.30 Serial: „Întâmplări hazlii".

PRIMA TV
7.00 Cu lumea-n cap (r) 7.30 Teleshopping 8.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 9.00 Flavours, 3 bucătari 9.30 Secrete de Stil 10.30 Sport 11.15 Sport, dietă și o vedetă 12.00 Kiss Cinema 12.30 Film: „Câini și pisici" (r) 14.30 Eurobox 15.00 Și eu m-am născut în România 16.30 Schimb de mame 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Film: „Totul până la bani" (coprod., 2002). Cu: Ice Cube, Mike Epps 22.30 Film: „Dragon Boys" (Canada, 2007, partea I). Cu: Byron Mann, Steph Song 0.30-6.00 Reluări.

acasa
7.00-10.45 Reluări 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Viață de împrumut" (r) 13.00 Teleshopping 13.30 Serial: „Iubiri vinovate" 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Cântec de iarnă" 16.30 Povești adevărate 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 20.30 Serial: „Furtuna din adâncuri" 22.30 Serial: „Îți ordon să mă iubești!" 0.00-6.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Poate nu știai 7.30 Ferma (r) 8.30 Magazin UEFA Champions League 9.00 Zon@ IT (r) 9.30 Motomagia 10.10 8 într-o barcă (r) 11.30 Drumul succesului 12.00 Cap compas 12.30 5 x 5 minute de istorie 13.00 Popasuri folclorice 14.10 Film: „O lună lipsită de griji" (SUA, 2001) 16.00 Memorialul Durerii 17.00 Violoncellissimo 100 18.00 Telejurnal 18.30 Lumea azi 19.00 Doc.: „Case vegetale în Paraguay" 21.10 Film: „Toată muzica din inimă" (partea a IV-a) 22.10 Film: „Culoarea libertății" (SUA, 2007). Cu: Joseph Fiennes, Dennis Haysbert, Diane Kruger 0.15 Serial: „Trei regate" 1.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
9.30-12.15 Reluări 13.15 Descoperă România 13.45 Acasă în bucătărie 14.45-15.45 Reluări 16.45 Film: „Viața în... trei" (SUA, 1988) 19.00 Serial: „Ruleta destinului" 20.00 Film: „Stăpânul vremii" (SUA, 2011). Cu: Indigo, Lance E. Nichols 22.00 Film: „Le Havre" (coprod., 2011). Cu: André Wilms, Kati Outinen 0.15 Serial: „V" (ep.1) 1.15 Serial: „Cu sânge rece" 2.00 Serial: „Jurnalele vampirilor" 3.30 Serial: „Cobra 11 în alertă" 5.00 Serial: „Micuțele mincinoase" 5.45 Cine A. M.

DUMINICĂ - 8 decembrie

TVR 1
6.00 Teleenciclopedia (r) 6.55 Zestrea românilor 7.30 Universul credinței 9.25 „Iarnă acasă de Crăciun!" 9.30 Pro patria 10.00 În grădina Danei 10.35 Viața satului (I) 11.50 Minutul de agricultură 12.00 Viața satului (II) 13.00 Ultima ediție 14.00 Telejurnal 14.30 Parteneri de week-end 15.00 Tezaur folcloric 16.00 Duminica în familie (I) 18.00 Duminica în familie (II) 19.00 Lozul cel mare 20.00 Telejurnal 20.45 Prețuiește viața! 0.00 Garantat 100% 1.00-4.35 Reluări 5.25 Imnul României 5.30 Teleshopping.

PRO TV
7.00 Știrile Pro Tv 10.00 După 20 de ani 11.00 Film: „Atacul marțienilor" (r) 13.00 Știrile Pro Tv 13.05 Apropo Tv 14.00 Vocea României (r) 18.00 România, te iubesc! 19.00 Știrile Pro Tv 20.30 Film artistic 23.30 Film: „Prevenirea" (coprod., 2008). Cu: Romain Duris, John Malkovich, Evangeline Lilly 1.45 Apropo Tv (r) 2.30 România, te iubesc! (r) 3.30 Film: „Prevenirea" (r) 5.30 Promotor (r) 6.00 După 20 de ani (r).

ANTENA 1
6.00 Observator 8.00 'Neatza cu Răzvan și Dani 10.50 În gura presei cu Mircea Badea 11.40 Teleshopping 12.00 Mireasă pentru fiul meu 13.00 Observator 14.00 Mireasă pentru fiul meu 16.00 Observator 17.00 Acces direct 19.00 Observator 20.00 Observator special 20.30 Top Chef 22.30 Un Show Păcătos cu Dan Capatos 1.00 Observator (r) 2.00 Top Chef (r) 4.00 Acces direct (r).

PRIMA TV
7.00 Euromaxx 7.30 Teleshopping 8.00 Serial: „Nimeni nu-i perfect" 9.00 Flavours, 3 bucătari 9.30 Casa: construcție și design 10.00 Teleshopping 10.30 Cu lumea-n cap 11.00 Levintza prezintă 11.30 Teleshopping 12.00 Cunoaște, Visează, Iubește! 13.00 Copiii spun lucruri trăsnite (r) 13.30 Film: „Dragon Boys" (r) 15.30 Cronica Cârcotașilor (r) 18.00 Focus 19.00 Focus Sport 19.30 Cireașa de pe tort 20.30 Schimb de mame 22.00 Film: „Liceenii" (România, 1987). Cu: Oana Sârbu, Ion Caramitru 0.00-6.00 Reluări.

acasa
7.00-10.45 Reluări 11.45 Teleshopping 12.00 Serial: „Viață de împrumut" (r) 13.00 Teleshopping 13.30 Dincolo de povestiri (r) 13.30 Serial: „Viață de împrumut" (r) 14.30 Serial: „Triumful dragostei" 15.30 Serial: „Cântec de iarnă" 16.30 Doctorul casei 17.30 Serial: „Diamantul nopții" 18.30 Serial: „Maricruz" 19.30 Serial: „Viață de împrumut" 21.30 Bingo România 22.30 Serial: „Îți ordon să mă iubești!" 0.00-6.00 Reluări.

TVR 2
7.00 Poate nu știai 7.15 Teleshopping 7.30 Cap compas (r) 8.00 Popasuri folclorice (r) 9.00 Ferma 10.10 În curtea bunicilor 12.00 Serial: „Pistruiatul" 13.00 Pescar hoinar 13.30 Natură și sănătate 14.10 Film: „Fapt divers" (România, 1984). Cu: Ilarion Ciobanu, Răzvan Popa 16.00 Rezistența prin cultură 17.00 D'ale lu' Mitică 18.00 Telejurnal 18.30 Sport plus 19.00 Academicienii 20.10 Film: „Ilustrate cu flori de câmp" (România, 1975). Cu: Carmen Galin, Draga Olteanu Mate 22.00 Serial: „Lumini și umbre" 23.10-6.00 Reluări.

PRO CINEMA
8.30-11.30 Reluări 12.45 Promotor 13.00 Acasă în bucătărie 14.00 Lumea Pro Cinema 14.45 Serial: „Ruleta destinului" (r) 15.45 Film: „Viața în... trei" (r) 19.00 Serial: „Ruleta destinului" 20.00 Film: „Dickie Roberts: Copilul vedetă" (SUA, 2003) 22.00 Film: „Bărbatul potrivit" (SUA, 2009). Cu: Alexis Bledel 0.00 Serial: „V" 1.00 Serial: „Cu sânge rece" 1.45 Serial: „Jurnalele vampirilor" 3.15 Serial: „Cobra 11 în alertă" 4,45 Serial: „Micuțele mincinoase" 5.30 Cine A. M.